

KUMPULAN JURNAL

**PENGARUH TOKEN EKONOMI UNTUK MENINGKATKAN
PERILAKU MAKAN SAYUR PADA ANAK YANG
MENGALAMI SULIT MAKAN DI TK PAUD KUSUMA
BANGSA KABUPATEN BULUKUMBA**

DIUNDUH OLEH:

**LILIS KARLINA
1171040005**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
MAKASSAR
2018**



KUMPULAN JURNAL

**PENGARUH TOKEN EKONOMI UNTUK MENINGKATKAN
PERILAKU MAKAN SAYUR PADA ANAK YANG
MENGALAMI SULIT MAKAN DI TK PAUD KUSUMA
BANGSA KABUPATEN BULUKUMBA**

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar
Sebagai Persyaratan Untuk Memeroleh
Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.)

DIUNDUH OLEH:

**LILIS KARLINA
1171040005**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
MAKASSAR
2018**

DAFTAR ISI

NO.	JUDUL ARTIKEL	PENULIS	PENERBIT	TAHUN TERBIT
1.	Pengaruh token ekonomi untuk mengurangi agresivitas pada siswa TK	Handayani, D. T., & Hidayah, N.	<i>Jurnal Fakultas Psikologi</i> , 2(2), 44-52.	2014
2.	Faktor-faktor yang berhubungan dengan kesulitan makan pada anak usia 3-5 tahun di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa	Hariani., Nur, M. M., & Nurhidayah.	<i>Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis</i> , 5(6), 661-666.	2015
3.	Terapi token ekonomi untuk mengubah perilaku lekat di sekolah	Hasanah, N.	<i>Humanitas</i> , 10(1), 1-18.	2013
4.	Efektivitas metode modifikasi perilaku “token economy” dalam proses belajar mengajar di kelas	Indrijati, H.	<i>Jurnal Psikologi Indonesia</i> , 6(1), 43-54.	2012
5.	Hubungan kontrol makanan, model peran dan keterlibatan anak dengan sulit makan pada anak	Muharyani, P. W.	<i>. Jurnal Keperawatan Sriwijaya</i> , 2(1), 10-21.	2015
6.	Mereduksi prokrastinasi akademik mahasiswa melalui teknik token economy	Mujiati.	<i>Jurnal Fakultas Konseling</i> , 1(2), 142-150.	2015
7.	Faktor-faktor yang berhubungan dengan sulit makan pada anak prasekolah di TK Pertiwi Desa Bugel Kecamatan Kedung Kabupaten Jepara	Rosita, D., Lathifah, U., & Sholikhah, A.	<i>Jurnal Kesehatan dan Budaya</i> , 5(1), 33-37.	2014
8.	Efektivitas token ekonomi untuk meningkatkan perilaku makan pada anak yang mengalami sulit makan	Sahyani, R.	<i>JOM</i> , 2(2), 420-430.	2013
9.	Masalah makan pada anak	Sudjatmoko.	<i>Damianus Journal of</i>	2011

			<i>Medicine, 10(1),</i> 36-41.	
10.	Pengaruh pemberian token ekonomi terhadap motivasi belajar siswa sekolah dasar	Muriyawati., & Rohmah, F. A.	<i>Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar, 2(2), 58-72.</i>	2016

PENGARUH TOKEN EKONOMI UNTK MENGURANGI AGRESIVITAS PADA SISWA TK

Da'ina Tri Handayani, Nurul Hidayah
Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan

Abstrak Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian token ekonomi dalam mengurangi gejala agresivitas pada anak TK. Subjek dalam penelitian ini adalah tiga orang siswa kelas TK B, usia lima dan enam tahun. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode observasi dengan pencatatan *behavioral checklist*. Penelitian ini menggunakan *single-case experimental design* dengan format perlakuan ABA *withdrawal*. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis *visual inspection* untuk melihat perubahan dan membandingkan efektivitas perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan gejala agresivitas khususnya perilaku memukul pada subjek. Pada subjek pertama, perilaku memukul mengalami penurunan sebesar 2,87. Pada subjek kedua, agresivitas khususnya perilaku memukul mengalami penurunan sebesar 2,08. Pada subjek ketiga perilaku memukul juga mengalami penurunan sebesar 1,67. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa token ekonomi dapat mengurangi gejala agresivitas pada anak, khususnya perilaku memukul.

Kata Kunci Agresivitas, memukul, token ekonomi

PENDAHULUAN

Di Indonesia sendiri, pendidikan di luar keluarga yang pertama adalah pendidikan prasekolah. Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia nomor 27 tahun 1990 tentang Pendidikan Prasekolah, mempunyai tujuan untuk meletakkan dasar perkembangan, sikap, pengetahuan, keterampilan, dan daya cipta anak didik di dalam penyesuaian dirinya dengan lingkungan (Hawadi, 2006). Pendidikan prasekolah menurut Papalia dan Olds (2009) termasuk masa kanak-kanak pertama, yaitu usia tiga-lima tahun.

Menurut Hawadi (2006), anak usia taman kanak-kanak merupakan masa yang penuh persoalan bagi orang tua, disebabkan anak sudah mulai ingin menunjukkan kebebasannya sebagai individu. Hal ini juga ditunjukkan dengan sikap keras kepala anak, melawan, tidak patuh dan berbuat antagonis. Pada masa usiataman kanak-kanak ini, menurut Boyd & Bee (2011) merupakan datangnya masa agresi pada anak, walaupun gejala agresivitas ini wajar pada anak, tetapi dibutuhkan pengawasan dari orang tua, agar tidak mengarah pada gejala agresivitas yang berkelanjutan (Hawadi, 2006).

Dewasa ini ditemukan adanya anak TK yang juga memiliki kecenderungan agresivitas, kecenderungan agresivitas menurut Chaplin (2002) adalah kecenderungan habitual (yang dibiasakan) untuk memamerkan permusuhan. Berdasarkan hasil observasi pada hari Sabtu tanggal 6 April 2013 di TK ABA Serangrejo tampak salah satu anak tiba-tiba mendorong temannya hingga menangis, padahal anak yang didorong tidak bersalah apa-apa. Kemudian saat mengerjakan tugas tiba-tiba ada salah satu anak yang menangis karena dipukul temannya, dan kemudian anak yang menangis tersebut mengejek anak yang memukulnya dengan kata-kata yang kasar.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru TK pada hari Sabtu tanggal 6 April 2013, ada beberapa anak yang menunjukkan gejala agresivitas, seperti ada anak yang tiba-tiba naik di atas meja saat pelajaran berlangsung. Selain itu menurut guru tersebut salah satu anak yang dianggap sebagai provokator, sering mencubit pipi temannya tanpa sebab hingga anak yang dicubit menangis, selain itu anak tersebut juga sering mengajak teman yang lain untuk mengganggu teman-temannya. Ada juga anak yang sering mengolok-olok temannya karena ada yang terlambat masuk kelas. Menurut guru yang mengajar, hal-hal seperti

memukul, mencubit, mengejek dan menangis tersebut terjadi hampir setiap hari. Hal ini terjadi karena ada anak yang memulainya sehingga anak yang lain mengikuti kecenderungan agresivitas tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, perilaku seperti memukul, mencubit, mengejek dan mengolok-olok merupakan perilaku yang tidak diharapkan oleh guru, karena perilaku agresif ini mengganggu proses belajar, dapat mengganggu siswa lain dan juga menakuti siswa lain. Perilaku agresif ini juga dikhawatirkan akan berlanjut hingga anak beranjak dewasa dan bisa mengganggu proses pertumbuhan anak, selain itu perilaku agresif ini dikawatirkan akan mengganggu proses interaksi antar anak. Apabila agresivitas ini tidak ditangani sejak dini maka agresivitas akan berkelanjutan sampai remaja. Sebagai contoh, banyaknya kasus tawuran di kalangan siswa SMP dan SMA. Harian Kompas tanggal 22 Desember 2013 menyebutkan bahwa tawuran ini merupakan salah satu bentuk agresi yang berkelanjutan.

Menurut Soekadji (1983) gejala agresivitas termasuk perilaku-perilaku yang menyimpang dan merupakan masalah pribadi, yang dapat ditangani dengan memanfaatkan prinsip-prinsip proses belajar. Ada berbagai cara dalam modifikasi perilaku untuk mengurangi gejala agresivitas ini, seperti pemberian *reward*, *punishment*, token ekonomi atau tabungan keping dan juga *time out*. Menurut Soekadji (1983) gejala agresivitas merupakan salah satu perilaku yang dapat diturunkan dengan pemberian token ekonomi. Token ekonomi menurut Drost (2003) merupakan bentuk pemberian kupon hadiah apabila anak berperilaku sesuai dengan yang diharapkan.

Zlomke & Zlomke (2003) telah membuktikan bahwa token ekonomi dan *self monitoring* dapat menurunkan tingkat agresivitas siswa. Dalam penelitian ini, penulis hanya menggunakan token ekonomi untuk mengurangi agresivitas siswa. Changi & Daly (2012) juga membuktikan bahwa token ekonomi mampu mengurangi perilaku bermasalah pada anak autis. Berbeda dengan penelitian ini, peneliti menggunakan token ekonomi untuk mengurangi agresivitas pada anak normal. Berdasarkan adanya penelitian tersebut, maka peneliti berinisiatif menerapkan token ekonomi untuk mengurangi perilaku agresif pada anak TK.

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan tersebut di atas, peneliti bermaksud untuk meneliti fenomena tersebut dengan judul Pengaruh Token Ekonomi untuk Mengurangi Agresivitas pada Anak TK.

Dasar Teori

1. Agresivitas

a. Pengertian Agresivitas

Agresivitas sesuai yang dikemukakan Berkowitz (1993) adalah perilaku yang mengacu pada sesuatu yang dapat melanggar norma atau perilaku yang tidak dapat diterima secara sosial.

b. Aspek Agresivitas

Aspek-aspek agresivitas sesuai yang dikemukakan oleh Berkowitz (1993) adalah agresi fisik langsung, agresi fisik tidak langsung, agresi verbal langsung dan agresi verbal tidak langsung.

c. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Agresivitas

Faktor-faktor agresivitas antara lain karena budaya negatif, seperti menonton televisi berupa tayangan kekerasan, kemudian karena disiplin orang tua yang terlalu tinggi, anak yang dianiaya oleh orang tua dan juga disebabkan karena adanya serangan atau gangguan dari orang lain.

d. Cara Mengatasi Perilaku Agresivitas

Berbagai cara atau metode ataupun program telah disusun oleh beberapa ahli untuk menangani agresivitas ini, antara lain :

1). Terapi Kognitif Behavioral

Contoh dari terapi ini yaitu melatih anak laki-laki yang terlibat dalam perilaku antisosial dan agresif. Tujuannya untuk mengonseptualisasikan kembali provokasi sosial sebagai masalah yang dapat diselesaikan dan bukan sebagai tantangan terhadap anak-anak sehingga harus dijawab dengan kekerasan (Lochman dan Lenhart dalam Nevid, 2003)

2). *Calmng Self Talk*

Menurut Lochman dan Lenhart (Nevid, 2003) cara ini untuk menghambat perilaku impulsif dan mengontrol kemarahan setiap kali anak-anak mengalami provokasi dan untuk menghasilkan serta mencoba solusi-solusi yang tidak mengandung kekerasan dalam menghadapi konflik-konflik sosial.

3). Mengajarkan ketrampilan sosial pada anak

Hawadi (2006) menjelaskan, jika anak sudah menunjukkan gejala agresif dapat ditangani dengan cara kuratif, salah satunya mengajari anak ketrampilan sosial, cara ini mengajari anak berperilaku asertif.

4). Bermain dan Olahraga

Bermain dan olahraga merupakan sarana mengatasi perilaku agresif yang dapat diterima oleh masyarakat (Hawadi, 2006)

5). Modifikasi Perilaku

Soekadji (1983) menjelaskan bahwa gejala agresivitas merupakan perilaku menyimpang, yang dapat ditangani dengan modifikasi perilaku. Menurut Martin dan Pear (2003) modifikasi perilaku adalah, penerapan prinsip-prinsip dan teknik belajar untuk menilai dan memperbaiki perilaku yang tersembunyi dan tampak pada individu yang berfungsi untuk membantu mengatasi fungsi sosial yang terhambat. Dalam modifikasi perilaku ini, ada beberapa cara untuk mengurangi gejala agresivitas, seperti pemberian *reward* (hadiah), *time out*, dan token ekonomi.

1. Token Ekonomi

a. Pengertian Token Ekonomi

Menurut Soekadji (1983) token ekonomi atau tabungan keping adalah prosedur pemberian satu kepingan (satu tanda atau isyarat) sesegera mungkin setelah perilaku yang diharapkan muncul. Selain itu Soekadji (1983) juga menambahkan bahwa nantinya kepingan ini dapat ditukar dengan benda atau aktivitas penguah yang diinginkan subjek. Menurut Djiwandono (2002) bentuk dari token ekonomi dapat berupa angka, cek, kartu, mainan yang berbentuk uang, atau apa saja yang dapat diidentifikasi sebagai milik siswa.

Changi dan Daly (2012) juga menjelaskan token ekonomi adalah sebuah sistem penguatan yang diberikan untuk anak-anak dengan hadiah nyata bagi perilaku tertentu. Penghargaan ini, atau "token," akan terkumpul sehingga anak dapat menukar token mereka dengan hadiah atau aktivitas yang sebenarnya. Token ekonomi telah terbukti menjadi intervensi yang efektif untuk mengurangi perilaku yang tidak pantas. Program token ekonomi ini menurut Soekadji (1983) dapat diterapkan pada anak-anak normal, anak-anak atau orang-orang yang perkembangannya terlambat, yang cacat mental atau yang mengalami penyimpangan kepribadian.

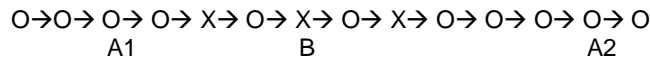
Berdasarkan beberapa penjelasan token ekonomi tersebut di atas, dapat disimpulkan bahwa token ekonomi adalah prosedur pemberian satu kepingan (satu tanda atau isyarat) sesegera mungkin setelah perilaku yang diharapkan muncul, dan kepingan ini nantinya dapat ditukar dengan benda atau aktivitas yang diinginkan subjek

METODE PENELITIAN

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode observasi dengan metode *behavior checklist*. Observasi dengan metode *behavior checklist* menurut Hadi (2000) adalah suatu daftar yang berisi nama-nama subjek dan faktor-faktor yang hendak diteliti. Checklist dimaksudkan untuk mencocokkan catatan observasi. Dalam penelitian ini *behavior checklist* berisi beberapa kolom yaitu kolom nama, dan kolom frekuensi munculnya perilaku agresi fisik memukul. Aturan dalam pengisian lembar ini adalah, apabila perilaku agresi fisik memukul tersebut muncul kemudian observer memberi checklist atau tanda garis pada kolom frekuensi munculnya perilaku agresi.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen *single case eksperimental design* yaitu sebuah desain penelitian untuk mengevaluasi efek suatu perlakuan (intervensi) dengan kasus tunggal (Latipun, 2011). Kasus tunggal dapat berupa beberapa subjek dalam satu kelompok atau subjek yang diteliti adalah tunggal (Latipun, 2011). Desain yang digunakan untuk metode *single case eksperimental design* dalam penelitian ini adalah desain A-B-A

withdrawal, yaitu format dengan 3 fase, pertama fase *baseline* (A1) yaitu kondisi awal dilakukan pengukuran tanpa perlakuan. Kemudian kondisi perlakuan (B) yaitu kondisi pemberian perlakuan dan kemudian mengukur agresivitas yang muncul, serta memperhatikan adanya perubahan. Kemudian yang ketiga adalah fase *baseline* kedua (A2) yaitu tidak memberikan perlakuan dan tetap mengukur agresivitas. Rancangan penelitiannya dapat digambarkan sebagai berikut :



Keterangan :

A1 = *baseline* pertama

B = kondisi perlakuan

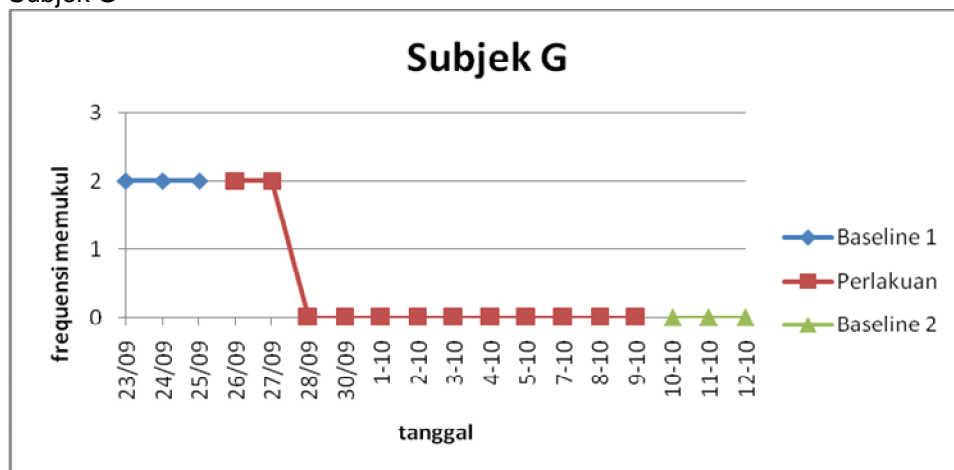
A2 = *baseline* kedua

Subjek dalam penelitian ini adalah penelitisiswa Taman Kanak-Kanak Aisyah Bustanul Atfal Serangrejo.Usia antara 4-6 tahun, yang menunjukkan perilaku agresif kurang lebih selama dua bulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Subjek G



Gambar 1. Grafik *visual inspection* Subjek G

Keterangan :

A1 : Fase *baseline* pertama

B : Fase perlakuan

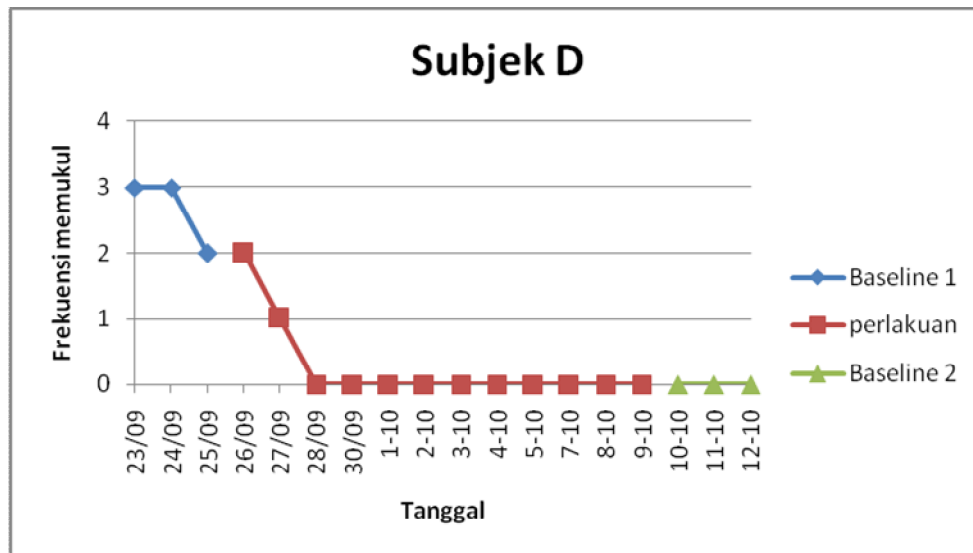
A2 : Fase *baseline* kedua

Subjek G pada fase baseline pertama (A2) menunjukkan perilaku memukul sebanyak 2 kali selama tiga hari berturut-turut. Pada fase perlakuan (B), subjek G masih menunjukkan perilaku memukul sebanyak 2 kali selama dua hari berturut-turut. Kemudian pada hari ketiga hingga hari kesepuluh fase perlakuan, dapat dilihat bahwa perilaku memukul subjek langsung menurun menjadi 0 kali. Pada fase baseline kedua (A2) terlihat bahwa subjek G perilaku memukulnya juga 0 kali selama tiga hari berturut-turut.

Berdasarkan data di atas, pada fase baseline pertama (A1), perilaku memukul subjekG dengan rata-rata sebesar 2.Pada fase perlakuan (B) perilaku memukul subjek G, dengan rata-rata sebesar 0,33. Kemudian pada fase baseline (A2) perilaku memukul G dengan rata-rata sebesar 0.

Berdasarkan data tersebut di atas, dapat dilihat bahwa fase perlakuan (B) subjek G perilaku memukulnya lebih rendah yaitu 0,33 dibandingkan dengan fase baseline pertama (A1) yaitu 2 dengan penurunan sebesar 1,67. Perilaku memukul G pada fase baseline kedua (A2) lebih rendah, yaitu 0 dibandingkan dengan fase perlakuan (B) 0,33 dengan penurunan sebesar 0,33. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penggunaan token ekonomi dapat mengurangi gejala agresivitas khususnya perilaku memukul pada subjek G.

2. Subjek D



Grafik 3. *Visual inspection* Perilaku memukul subjek D

Keterangan :

A1 : Fase *baseline* pertama

B : Fase perlakuan

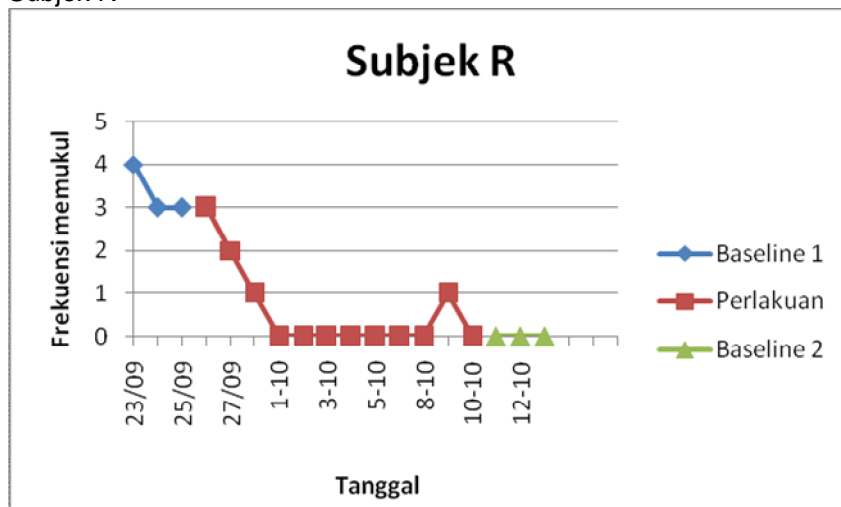
A2 : Fase *baseline* kedua

Berdasarkan grafik di atas, pada fase baseline pertama (A1) perilaku memukul Subjek D tercatat sebanyak 3 kali, 3 kali dan 2 kali selama tiga hari berturut-turut. Pada fase perlakuan (B) perilaku memukul subjek masih terlihat selama dua hari sebanyak 2 kali dan 1 kali, kemudian setelah dua hari tersebut perilaku memukul Subjek R menjadi 0 kali sampai 10 hari berturut-turut. Pada fase baseline kedua perilaku memukul subjek D selama tiga hari tercatat 0 kali berturut-turut.

Berdasarkan data tersebut di atas, pada fase baseline pertama (A1) perilaku memukul D selama tiga hari dengan rata-rata sebesar 2,8. Pada fase perlakuan (B) perilaku memukul Subjek D selama 12 hari dengan rata-rata sebesar 0,25. Pada fase baseline kedua (A2) perilaku memukul Subjek D selama tiga hari, dengan rata-rata sebesar 0.

Berdasarkan rata-rata perilaku memukul Subjek D tersebut di atas, dapat dilihat bahwa perilaku memukul Subjek D pada fase perlakuan (B) lebih rendah yaitu 0,25 dibandingkan pada fase baseline pertama (A1) yaitu rata-rata sebesar 2,33 dengan penurunan sebesar 2,08. sedangkan pada fase baseline kedua (A2) lebih rendah yaitu 0 dibandingkan dengan fase perlakuan (B) yaitu 0,25 dengan penurunan sebesar 0,25. Sehingga dapat dikatakan bahwa penerapan token ekonomi untuk Subjek D dapat mengurangi gejala agresivitas khususnya perilaku memukul.

3. Subjek R



Grafik 2. *Visual inspection* Perilaku memukul subjek R

Keterangan :

A1 : Fase *baseline* pertama

B : Fase perlakuan

A2 : Fase *baseline* kedua

Berdasarkan grafik di atas, pada fase *baseline* pertama (A1) selama tiga hari, Subek R menunjukkan perilaku memukul sebanyak 4 kali, 3 kali, dan 3 kali. Pada fase perlakuan (B) selama 3 hari pertama fase perlakuan Subjek R menunjukkan perilaku memukul sebanyak 3 kali, 2 kali dan 1 kali. Setelah tiga hari tersebut, perilaku memukul Subjek R menjadi 0 kali selama tujuh hari, kemudian muncul perilaku memukul kembali sebanyak 1 kali selama satu hari saja. Kemudian perilaku memukul Subjek R kembali lagi menjadi 0 kali pada hari berikutnya. Pada fase *baseline* kedua (A2) perilaku memukul Subjek R tetap tercatat 0 kali hingga tiga hari.

Berdasarkan data tersebut di atas, pada fase *baseline* pertama (A1) perilaku memukul subjek R selama tiga hari dengan rata-rata sebesar 3,33. Pada fase perlakuan (B) perilaku memukul subjek R dengan rata-rata sebesar 0,55. Pada fase *baseline* kedua (A2), perilaku memukul subjek R selama tiga hari dengan rata-rata sebesar 0.

Berdasarkan data rata-rata tersebut di atas, dapat dilihat bahwa pada fase perlakuan (B) perilaku memukul subjek R lebih rendah yaitu 0,33 dibandingkan dengan fase *baseline* pertama (A1) yaitu 3,33 dengan penurunan sebesar 2,78. Kemudian fase *baseline* kedua (A2) perilaku memukul Subjek R juga lebih rendah yaitu 0 dibandingkan pada fase perlakuan (B) yaitu 0,33 dengan penurunan sebesar 0,33. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa token ekonomi yang diterapkan untuk Subjek R dapat mengurangi gejala agresivitas khususnya perilaku memukul.

B. Pembahasan

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa Subjek R mempunyai rata-rata penurunan frekuensi memukul paling tinggi dibandingkan 2 subjek lainnya. Rata-rata frekuensi penurunan perilaku memukul subjek R sebesar 2,78. Pada awalnya Subjek R belum mampu mengendalikan perilaku memukulnya. Akan tetapi walaupun awalnya subjek R sebagai provokator dan membutuhkan waktu lebih lama dibandingkan dengan dua subjek lainnya, subjek R tetap berusaha untuk tidak menunjukkan perilaku memukulnya. Pemberian token untuk subjek R dapat mengurangi perilaku memukul subjek R dengan drastis, dari yang awalnya dapat mencapai jumlah 4 kali dalam sehari, setelah pemberian token ekonomi dapat berkurang hingga tidak ada sama sekali. Subjek R juga terlihat tidak merasa bosan selama tiga fase penelitian ini. Akan tetapi subjek R masih terprovokasi ketika ada salah satu temannya berbicara dengan keras di depan wajahnya dan memunculkan perilaku memukul

kembali satu kali. Setelah kejadian tersebut subjek R tidak terlihat kembali memunculkan perilaku memukulnya hingga fase baseline kedua (A2) dan ketika ada temannya yang tiba-tiba berbicara keras pada subjek R, subjek tidak menghiraukannya.

Pada awalnya subjek mempunyai frekuensi memukul paling tinggi. Akan tetapi setelah mengetahui akan mendapat stiker dan hadiah, muncul motivasi subjek untuk mendapat stiker dan hadiah. Adanya motivasi dalam diri subjek R untuk mendapatkan stiker bintang dan hadiah yang sebenarnya ini, yang membuat subjek mampu dan mau untuk mengendalikan perilaku memukulnya, walaupun membutuhkan waktu dua hari lebih lama dari dua subjek lainnya. Hadiah yang sebenarnya berupa alat menggambar dan mewarnai merupakan benda-benda kesenangan subjek R, sehingga subjek R termotivasi untuk mengumpulkan stiker bintang dengan tidak menunjukkan perilaku memukul temannya, dan akan menukar stiker bintang dengan hadiah tersebut.

Menurut Soekadji (1983) agar pemberian token ini efektif, perlu kerjasama dari subjek. Dalam hal ini bentuk kerjasama dari subjek adalah adanya motivasi dalam diri subjek untuk mendapatkan stiker dan hadiah yang diinginkannya, sehingga subjek dengan giat berusaha mengurangi perilaku memukulnya.

Pada subjek D, awalnya perilaku memukul D tercatat lebih banyak dibandingkan subjek G. Setelah subjek D mengetahui akan mendapat stiker dan hadiah, D berusaha tidak menunjukkan perilaku memukulnya. Akan tetapi pada saat fase perlakuan (B) subjek D terlihat agak bosan, subjek D terlihat seperti melampiaskan dalam bentuk lain seperti memunculkan perilaku berkata kasar pada temannya dan berteriak-teriak saat Guru memberi pelajaran di kelas.

Menurut Martin dan Pear (2003) di dalam prosedur token ekonomi diperlukan adanya penanganan terhadap masalah potensial yang mungkin terjadi dengan cara melakukan perencanaan terlebih dahulu. Dalam hal ini masalah potensial yang ada berasal dari diri subjek yaitu berupa kebosanan dan bentuk pelampiasan perilaku. Hal-hal tersebut di atas yang dimungkinkan membuat Subjek D memperoleh rata-rata memukulnya lebih kecil yaitu 2,08 dibandingkan dengan Subjek R yang memperoleh rata-rata sebesar 2,78. Munculnya hal-hal tersebut harus dicermati kembali agar proses penelitian dapat berjalan sesuai prosedur.

Berbeda lagi dengan subjek G, subjek mengalami perubahan dengan adanya pemberian token ekonomi. Pada awalnya Subjek masih memperlihatkan perilaku memukulnya. Kemudian setelah diberikan perlakuan, secara sedikit demi sedikit subjek mampu untuk menahan atau mengontrol perilaku memukulnya. Ketika subjek tahu bahwa subjek akan mendapat stiker dan mendapat hadiah, dengan senang subjek berusaha menahan untuk tidak menunjukkan perilaku memukulnya. Subjek G mampu menurunkan perilaku memukulnya hingga 10 hari berturut-turut tanpa memperlihatkan kembali perilaku memukulnya. Hal tersebut bertahan hingga fase baseline kedua (A2) selama tiga hari, walaupun subjek tahu jika subjek tidak akan mendapat stiker dan hadiah lagi.

Berdasarkan data rata-rata perilaku memukul di atas, Subjek G mempunyai rata-rata penurunan perilaku memukul paling rendah yaitu 1,67 dibandingkan subjek lainnya. Hal tersebut terjadi karena kemungkinan subjek G ini berperilaku agresif karena mengikuti R dan D. sehingga saat mengetahui akan mendapat stiker dan hadiah, dengan mudah subjek mengurangi frekuensi memukulnya. Selain itu adanya dukungan dari ibu subjek untuk mengurangi perilaku agresif pada anak khususnya perilaku memukul, sehingga subjek mampu mengurangi perilaku memukulnya. Dukungan dari ibu subjek dapat dikatakan sebagai penguat sosial positif bagi subjek D sehingga pemberian token ekonomi lebih efektif untuk mengurangi perilaku memukul subjek (Soekadji, 1983). Dengan adanya dukungan, subjek D mampu untuk mengurangi perilaku memukulnya.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi seminggu setelah penelitian, guru menjelaskan bahwa perilaku memukul ketiga subjek mengalami penurunan dan masih tetap terkendali. Menurut guru TK tersebut, ketiga subjek sudah mampu mengontrol perilaku memukulnya. Walaupun masih ada bentuk agresif verbal seperti berbicara keras-keras, tetapi untuk perilaku memukul ketiganya masih dapat mengontrolnya.

Penelitian ini dapat berjalan dengan lancar dan berhasil karena adanya beberapa faktor yang mempengaruhi. Beberapa faktor tersebut antara lain adalah :

1. Adanya dukungan dari orang tua dan guru, khususnya guru yang memberikan motivasi bagi subjek, ketika subjek ada yang merasa bosan.

2. Adanya kerjasama dari subjek untuk tetap mengikuti penelitian hingga selesai.
3. Adanya dukungan dari siswa-siswa yang lain sehingga penelitian ini berjalan dengan lancar.

Meskipun secara umum penelitian ini dikatakan berhasil, tetapi penelitian ini masih memiliki keterbatasan yaitu :

1. Ketidakmampuan peneliti untuk membatasi munculnya efek samping pada subjek, yaitu naiknya intensitas agresif verbal yang sudah ada pada subjek dengan menurunnya agresi fisik subjek.
2. Adanya dukungan sosial dari orang tua subjek, padahal dalam penelitian ini hanya akan mengetahui efek token ekonomi saja tanpa ada pemberian penguah sosial atau yang lainnya

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, dapat diketahui bahwa ada penurunan perilaku memukul pada anak, setelah mendapat perlakuan, yaitu pada subjek R sebesar 2,78, subjek G sebesar 2,08 dan subjek D sebesar 1,67 sehingga dapat disimpulkan bahwa token ekonomi dapat mengurangi gejala agresivitas pada anak, khususnya perilaku memukul.

Selain itu, perilaku tidak memukul pada ketiga subjek tetap dapat terkendali hingga seminggu setelah penelitian. Meskipun tanpa adanya perlakuan. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dapat diterima.

B. Saran

1. Saran teoritis

Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti mengenai efektivitas token ekonomi untuk mengurangi perilaku agresif atau perilaku yang lainnya, hendaknya memperhatikan kelemahan dari penelitian ini agar penelitian selanjutnya dapat lebih maksimal. Peneliti selanjutnya hendaknya memperhatikan antara lain :

- a. Penelitian yang selanjutnya untuk mengurangi atau menghilangkan bentuk agresif verbal menggunakan token ekonomi.
- b. Kombinasi dengan prosedur lain seperti denda atau hukuman.
- c. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa dukungan sosial juga berpengaruh dengan pemberian token ekonomi, sehingga apabila ada penelitian lebih lanjut, dapat mengkombinasikan dengan pemberian dukungan social.

2. Saran Praktis

Penelitian ini berguna sebagai salah satu alternatif cara bagi orang tua dan guru untuk menurunkan perilaku agresif khususnya perilaku memukul pada anak TK usia 5-6 th, dengan metode pemberian token ekonomi.

DAFTAR PUSTAKA

Barkowitz, L. (1993). *Agression*. Tempel University pers.

Boyd & Bee, (2006). *Live span development*. ILibrary of congress cataloging.

Changi, K.& Daly, M. (2012). The effects of token economies on the occurrence of appropriate and inappropriate behaviors by children with autism in a social skills setting. *Journal document West Chester University/SPARC*.

Chaplin. (2002). *Kamus lengkap psikologi*. PT Raja Grafindo. Jakarta: Persada.

Djiwandono, S. (2002). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Grasindo.

- Drost, J. (2003). *Perilaku anak usia dini, kasus, dan pemecahannya*. Yogyakarta: Kanisius.
- Gray, J. (2001). *Children are from heaven cara membesarkan anak secara positif agar anak menjadi kooperatif, Percaya Diri & Memahami Perasaan Orang Lain*. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Hadi, S. (2000). *Metodologi research*. Yogyakarta: Andi .
- Hawadi, R. (2006). *Psikologi perkembangan anak mengenal sifat, bakat, dan kemampuan anak*. Jakarta: Grasindo.
- Latipun (2011). *Psikologi eksperimen*. Malang: UMM Press.
- Martin, G. & Perar, J. (2003). *Behavior modifikation what it is and how to do it*. New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Nevid, S J. & Rathus, A. (2003). *Psikologi abnormal*. Jakarta: Erlangga
- Pappalia & Old & Fieldman.(2009). *Human development*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sahyani, R. (2013). *Efektivitas token ekonomi untuk meningkatkan perilaku makan pada anak yang mengalami sulit makan*. Yogyakarta: Jurnal UAD.
- Soekadji, S. (1983). *Modivikasi perilaku : penerapan sehari-hari dan Penerapan Profesional*. Yogyakarta: Liberty.
- Zlomke & Zlomke. (2003). Token economy plus self-monitoring to reduce disruptive classroom behaviors. *Journal behavior analisyst today*. Volume 4, issue 2.

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KESULITAN MAKAN PADA ANAK USIA 3-5 TAHUN DI TK GOWATA DESA TAENG KEC. PALLANGGA KAB. GOWA

Hariani¹, Mangsur M Nur², Nurhidayah³

¹POLTEKKES Kemenkes Makassar

²STIKES Nani Hasanuddin Makassar

³Universitas Hasanuddin Makassar

ABSTRAK

Kesulitan makan adalah suatu keadaan dimana anak tidak mau atau menolak untuk makan, atau mengalami kesulitan mengkonsumsi makanan atau minuman dengan jenis dan jumlah yang sesuai usia secara fisiologis (alamiah dan wajar) yaitu mulai dari membuka mulutnya tanpa paksaan, mengunyah, menelan hingga sampai terserat dipencernaan secara baik tanpa paksaan dan tanpa pemberian vitamin dan obat tertentu. (Widodo, 2009). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara peran orang, lingkungan, jenis makanan dan gangguan psikologis dengan kesulitan makan pada anak usia 3-5 tahun di Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa. Penelitian ini merupakan jenis penelitian *Survey Analitik* dengan rancangan *Cross Sectional study*, populasi dalam penelitian ini adalah orang tua dari anak didik TK sebanyak 60 orang didapatkan 53 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner, analisa data mencakup analisis univariat dengan mencari distribusi frekuensi, analisis bivariat dengan uji *Chi-square* ($\alpha=0,05$). Hasil analisis bivariat didapatkan hubungan antara peran orang tua dengan kesulitan makan pada anak ($p=0,006$), terdapat hubungan antara lingkungan dengan kesulitan makan pada anak ($p=0,001$), terdapat hubungan antara jenis makanan dengan kesulitan makan pada anak ($p=0,001$), dan terdapat hubungan antara gangguan psikologis dengan kesulitan makan pada anak ($p=0,007$). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara peran orang tua, lingkungan, jenis makanan, dan gangguan psikologis dengan kesulitan makan pada anak.

Kata kunci : Kesulitan Makan, Peran Orang Tua, Lingkungan, Jenis Makanan, Gangguan Psikologis

PENDAHULUAN

Keluhan kesulitan makan didapatkan pada 50 orang dari 109 orang subjek (45,9%), semua memiliki gejala klinis esofagitis refluks. Subjek yang mengalami kesulitan makan 72% telah mengalami keluhan lebih dari 6 bulan (72%). Riwayat regurgitasi ditemukan pada 44%, dan riwayat pemakaian NGT/ETT 10%. Sebagian besar subjek yang mengalami kesulitan makan memiliki status gizi kurang (58%) dan memiliki gejala klinis. (Soepardi Soedibyo, dkk, 2009)

Klinik perkembangan anak *Affiliated Program for children Development* di *Universitas George town* melaporkan jenis kesulitan makan pada anak sesuai dengan jumlahnya adalah hanya mau makan makanan cair atau lumat: 27,3%, kesulitan menghisap, mengunyah atau menelan: 24,1%. Kebiasaan makan yang aneh dan ganjil: 23,4% tidak menyukai variasi banyak makanan : 11,1% keterlambatan makan sendiri: 8,0% *Mealing time tantrum*: 6,1% (Widodo, 2009)

Pemenuhan kebutuhan nutrisi pada anak haruslah seimbang diantara zat gizi lain, mengingat banyak sekali yang kita temukan berbagai masalah dalam pemenuhan

kebutuhan nutrisi yang tidak seimbang seperti tidak suka makan, tidak mau atau tidak mampu untuk makan padahal yang tidak disukai makan tersebut mengandung gizi yang seimbang sehingga harapan dalam pemenuhan gizi harus selaras, serasi dan seimbang tidak terlaksana, disamping itu pada anak sakit dapat di jumpai masalah masukan nutrisi yang kurang sedangkan kebutuhan dalam tubuh semakin meningkat sehingga akan membutuhkan makanan tambahan seperti kalori, vitamin, dan mineral. (Behrman, RE dkk, 1996 dikutip oleh Alimul, 2012)

Gangguan makan merupakan penyakit kompleks yang dapat meyerang anak dan remaja. Awalnya gangguan makan tersebut hanya di laporkan pada golongan sosial ekonomi menengah dan atas, tetapi pada saat dilaporkan juga pada golongan sosial ekonomi rendah. Kelainan ini juga ditemukan pada berbagai kelompok etnik dan ras. *Bulimia Nervosa* (BN) sering di jumpai daripada *Anoreksia Nervosa* (AN). Dilaporkan 19% dari pelajar wanita usia lanjut di belanda menunjukkan gejala bulimia. Prevalensi BN 1500 kasus dari 100.000 wanita muda. Onset

rata-rata kejadian BN pada umur 18-19 tahun, kelainan tersebut relatif lebih jarang pada masa remaja awal. (Kusumawati, 2010).

Dari informasi awal yang telah di dapat saat KKN pada orang tua dari murid TK Gowata desa Taeng kecamatan pallangga kabupaten Gowa umumnya orang tua mengeluh kesulitan makan pada anaknya berupa makan berlama lama, menepis suapan, menunda waktu makan dan hanya ingin makanan tertentu saja. Menurut data yang diperoleh, jumlah murid TK Gowata desa Taeng kecamatan Pallangga Kabupaten gowa yang akan dijadikan sebagai responden adalah sebanyak 53 orang.

BAHAN DAN METODE

Desain, Lokasi, Populasi dan Sampel

Penelitian ini adalah survey analitik dengan rancangan *Cross Sectional study*. Dalam penelitian ini ingin mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kesulitan makan pada anak usia 3-5 tahun di TK Gowata Kab. Gowa. Populasi dalam penelitian ini adalah orang tua dari anak didik TK sebanyak 60 didapatkan 53 rseponden sesuai dengan kriteria inklusi. Adapun kriteria dari sampel adalah sebagai berikut :

1. Kriteria inklusi
 - a. Ibu yang mempunyai anak yang berumur 3-5 tahun
 - b. Sehat jasmani dan rohani
 - c. Mau diwawancarai
2. Kriteria eksklusi
 - a. Ibu mempunyai anak yang berumur kurang dari 3 tahun.
 - b. Ibu dan anak yang sedang sakit
 - c. Tidak bersedia diwawancarai

Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan menggunakan teknik wawancara terpimpin (Kuesioner) dan data di ambil dari kantor TK Gowata Gowata Desa Taeng Kecamatan Pallangga Kabupaten Gowa.

Analisis Data

Langkah pertama yang dilakukan dalam penelitian ini adalah cleaning, coding, skoring dan enterung kedalam program SPSS untuk melihat apakah faktor-faktor yang berhubungan dengan kesulitan makan pada anak usia 3-5 tahun. Dengan menggunakan uji statistik *Chi-square* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$, artinya H_0 ditolak bila uji statistik menunjukkan nilai $p > \alpha 0,05$, dan H_a diterima $p < \alpha 0,05$ berarti ada faktor-faktor yang berhubungan dengan kesulitan makan pada anak usia 3-5 tahun di TK Gowata Kab. Gowa.,

dengan menggunakan jasa komputer program SPSS versi 16,0.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univaribel

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Anak Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa

Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persen(%)
Laki Laki	23	43,4
Perempuan	30	56,6
Jumlah	53	100,0

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Umur Anak Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa

Umur Anak(Tahun)	Jumlah (n)	Persen (%)
3	7	13,2
4	14	26,4
5	32	60,4
Jumlah	53	100,0

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Peran Orang Tua Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa

Peran Orang Tua	Jumlah (n)	Persen (%)
Baik	26	49,1
Kurang	27	50,9
Jumlah	53	100,0

Tabel 4 Distribusi Responden Berdasarkan Lingkungan Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa

Lingkungan	Jumlah (n)	Persen %
Baik	44	83,0
Kurang Baik	9	17,0
Jumlah	53	100,0

Tabel 5 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Makanan Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa

Jenis Makanan	Jumlah (n)	Persen (%)
Sehat	33	62,3
Tidak Sehat	20	37,7
Jumlah	53	100,0

Tabel 6 Distribusi Responden Berdasarkan Psikologi Anak Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa

Psikologi Anak	Jumlah (n)	Persen (%)
Baik	40	75,5
Kurang Baik	13	24,5
Jumlah	53	100,0

Tabel 7 Distribusi Responden Berdasarkan Kesulitan Makan Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa

Kesulitan Makan	Jumlah (n)	Persen (%)
Baik	46	86,8
Sulit Makan	7	13,2
Jumlah	53	100,0

Analisis Bivariabel

Tabel 8 Hubungan Antara Peran Orang Tua dengan Kesulitan Makan Pada Anak Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa.

Peran Orang Tua	Kesulitan Makan				Total	
	Tidak sulit makan		Sulit makan			
	n	%	n	%	n	%
Baik	26	49,1	0	0	26	49,1
Kurang Baik	20	37,7	7	13,2	27	50,9
Jumlah	46	86,8	7	13,2	53	100,0
$\rho = 0,006$						

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa dari 26 responden (49,1%) dengan peran orang tua baik dan anaknya tidak sulit makan, sedangkan 0 Responden (0%) peran orang tua baik anaknya sulit makan. Dari 20 responden (37,7%) yang peran orang tua kurang baik dan anaknya tidak sulit makan, sedangkan 7 Responden (13,2%) yang peran orang tua kurang baik anaknya sulit makan.

Tabel 9 Hubungan Antara Lingkungan dengan Kesulitan Makan Pada Anak Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa.

Lingkungan	Kesulitan Makan				Total	
	Tidak sulit makan		Sulit makan			
	n	%	n	%	n	%
Baik	42	79,2	2	3,8	44	83,0
Kurang baik	4	7,5	5	9,4	9	17,0
Jumlah	46	86,8	7	13,2	53	100,0
$p = 0,001$						

Berdasarkan tabel 9 menunjukkan bahwa dari 42 responden (79,2%) yang memiliki lingkungan baik dan anaknya tidak sulit makan, sedangkan terdapat 2 responden (3,8%) dengan lingkungan baik dan anaknya sulit makan. Dari 4 responden (7,5%) yang memiliki lingkungan kurang baik dan anaknya tidak sulit makan, sedangkan terdapat 5 Responden (9,4%) yang lingkungannya kurang baik anaknya tidak mengalami sulit makan.

Tabel 10 Hubungan Antara Jenis Makanan dengan Kesulitan Makan Pada Anak Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa.

Jenis Makanan	Kesulitan Makan				Total	
	Tidak sulit makan		Sulit makan			
	n	%	n	%	n	%
Sehat	33	62,3	0	0	33	62,3
Tidak Sehat	13	24,5	7	13,2	20	37,7
Jumlah	46	86,8	7	13,2	53	100,0
$\rho = 0,001$						

Berdasarkan tabel 10 menunjukkan bahwa dari 33 responden (62,3%) yang memiliki jenis makanan sehat dan tidak sulit makan, sedangkan terdapat 0 responden (0%) yang jenis makanannya sehat tapi sulit makan. Dari 13 responden (24,5%) yang memiliki jenis makanan tidak sehat dan tidak sulit makan, sedangkan terdapat 7 Responden (13,2%) yang jenis makanannya tidak sehat dan anaknya mengalami sulit makan.

Tabel 11 Hubungan Antara Psikologis Anak dengan Kesulitan Makan Pada Anak Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa.

Psikologis Anak	Kesulitan Makan				Total	
	Tidak sulit makan		Sulit makan			
	n	%	n	%	n	%
Baik	38	71,7	2	3,8	40	75,5
Kurang Baik	8	15,1	5	9,4	13	24,5
Jumlah	46	86,8	7	13,2	53	100,0
$p = 0,007$						

Berdasarkan tabel 11 menunjukkan bahwa dari 38 responden (75,5%) yang memiliki psikologis anak yang baik dan tidak sulit makan, sedangkan terdapat 2 responden (3,8%) yang memiliki psikologi anak baik dan anaknya sulit makan. Dari 8 responden (15,1%) yang memiliki psikologis anak kurang baik dan tidak sulit makan, sedangkan terdapat 5 Responden (9,4%) yang memiliki psikologi anak kurang baik dan anaknya sulit makan.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Antara Peran Orang Tua dengan Kesulitan Makan Pada Anak Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa.

Setelah dilakukan uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai $p=0,006$ dengan demikian $p=0,006 < \alpha=0,05$ sehingga H_0 diterima dengan interpretasi "Ada Hubungan Antara Peran Orang Tua Dengan Kesulitan Makan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa.

Sebagaimana yang telah di kemukakan oleh (Adiningsi, 2010) bahwa ibu yang berperan sebagai orang tua tunggal dan pencari nafka utama. Juga pada anak tunggal yang makan sendiri tanpa teman, atau juga disebabkan anak yang di asuh oleh pengasuh yang kurang memahami anak (secara psikologis), pengasuh yang berlaku kurang sabar.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fadillah (2009), mengatakan bahwa dari 19 orang anak dengan suasana makan bersama keluarga di dapatkan sebagian besar terdapat pada anak tidak mengalami kesulitan makan yaitu sebanyak 11 orang (57,9 %).

Menurut asumsi peneliti, Peran orang tua baik dan anaknya tidak sulit makan 26 responden (49,1%) karena orang tua memberikan perhatian khusus tentang makanan anak. yang dilandasi oleh rasa kasih sayang sehingga anak tersebut merasa nyama dalam keluarga tersebut, sedangkan peran orang tua kurang baik dan anaknya tidak sulit makan 20 responden (37,7%) kemungkinan anak tersebut tidak bergantung dengan orang tuanya dalam hal mengatur jadwal makan atau perhatian khusus sehingga anak tersebut terbiasa dengan kondisi yang ada dalam keluarganya itu. Dan peran orang tua kurang baik dan anaknya sulit makan 7 responden (13,2%) kemungkinan orang tua menyajikan makan disamakan dengan orang dewasa sehingga nafsu makan anak berkurang orang tua memaksa anaknya makan dengan porsi tertentu sesuai keinginan orang tua (8,2%).

2. Hubungan Antara Lingkungan dengan Kesulitan Makan Pada Anak Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa.

Setelah dilakukan uji statistic *Chi-square* diperoleh nilai $p=0,001$ dengan demikian $p=0,001 < \alpha=0,05$ sehingga H_a diterima dengan interpretasi Ada Hubungan Antara Lingkungan Dengan Kesulitan Makan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa.

Menurut (Mansur Herawati, 2014) Lingkungan merupakan faktor yang sangat menentukan tercapai atau tidaknya potensi bawaan. Lingkungan yang cukup baik akan memungkinkan tercapainya potensi bawaan dan sebaliknya lingkungan yang kurang baik akan menghambat potensinya. Lingkungan ini merupakan lingkungan bio-fisika-psiko-sosial yang memengaruhi individu setiap hari, mulai dari konsepsi

sampai akhir hayatnya. Segala sesuatu yang ada di sekitar anak baik di keluarga maupun tempat bermain yang dapat mempengaruhi perilaku makan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan *fitriani* (2009), bahwa lingkungan anak dapat berpengaruh pada tingkat pola makan anak yang dilakukan sehingga setiap orang tua harus mengusahakan agar faktor-faktor yang termasuk dalam lingkungan dapat diusahakan sedemikian rupa sehingga nantinya mempunyai pengaruh positif terhadap pola makan.

Menurut asumsi peneliti bahwa lingkungan yang baik dan anaknya tidak sulit makan 42 responden (79,2%) karena kemungkinan anak tersebut bergantung kepada lingkungan apabila lingkungan baik maka anak pun nyaman begitu pula sebaliknya sebagaimana dalam teorinya Nurfadillah (2009) bahwa lingkungan anak dapat berpengaruh pada tingkat pola makan. Sedangkan lingkungan yang baik dan anaknya sulit makan 2 responden (3,8%) kemungkinan anak tersebut tidak bergantung kepada lingkungan karena mungkin orang lebih memperhatikan masalah variasi makanan yang telah diberikan kepada anak sehingga anak tersebut terbiasa dengan kondisi tersebut. Kemudian lingkungan yang kurang baik dan anaknya tidak sulit makan 4 responden (7,5%) kemungkinan anak tersebut sudah terbiasa dengan lingkungan tersebut dalam keluarganya sejak kecil sehingga persoalan lingkungan tidak terlalu di perhatikan dalam keluarganya sedangkan lingkungan kurang baik dan anaknya sulit makan 5 responden (9,4%) karena anak tersebut tidak merasa nyaman pada saat makan dalam lingkungan yang kurang baik sehingga hal itu membuat anak lama kelamaan berpengaruh pada kesulitan makan selanjutnya pada saat diberikan makan karena kondisi lingkungan yang kurang baik. Maka lingkungan yang baik juga berpengaruh besar terhadap kesulitan makan pada anak.

3. Hubungan Antara Jenis Makanan dengan Kesulitan Makan Pada Anak Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa.

Setelah dilakukan uji statistic *Chi-square* diperoleh nilai $p=0,001$ dengan demikian $p=0,001 < \alpha=0,05$ sehingga H_a diterima dengan interpretasi "Ada Hubungan Antara Jenis Makanan Dengan Kesulitan Makan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa.

Penelitian ini sejalan dengan yang penelitiannya Rahmawati (2011), yang menyatakan bahwa didapatkan adanya hubungan antara jenis makanan dengan kesulitan makan pada anak. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa dari 30 responden mayoritas responden yaitu 16 responden memiliki jenis makanan kurang baik, terdapat 14 responden yang anaknya mengalami sulit makan sedangkan hanya 2 responden yang tidak sulit makan.

Menurut asumsi peneliti bahwa jenis makanan yang sehat dan anaknya tidak sulit makan 33 responden (62,3%) karena mungkin pengetahuan orang tua tentang variasi makanan sangatlah di perhatikan dalam keluarga sehingga anak tersebut merasa senang ketika makanan yang diberikan itu bervariasi pada saat makan sedangkan jenis makanan yang kurang sehat dan anaknya tidak sulit makan 13 responden (24,5%) kemungkinan anak tersebut terbiasa jajan di sekolah sehingga hanya menyukai jenis makanan tertentu jadi kalau orang tuanya memberikan variasi makanan anak tidak terlalu menyukainya kalau bukan jajanan yang ada di sekolah sedangkan jenis makanan yang kurang sehat dan anaknya sulit makan 7 responden (13,2%) kemungkinan anak tersebut harus menjadi perhatian orang bahwa jenis makanan kurang baik maka mana nafsu makan anak akan terganggu maka pada saat mau memberikan makan pada anak orang harus memberikan variasi makanan yang semenarik mungkin untuk menarik perhatian anak untuk makan.

4. Hubungan Antara Psikologis Anak dengan Kesulitan Makan Pada Anak Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa.

Berdasarkan uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai $p=0,007$ dengan demikian $p=0,007 < \alpha=0,05$ sehingga H_0 diterima dengan interpretasi "Ada Hubungan Antara Gangguan Psikologis Dengan Kesulitan Makan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa. Menurut teori ungkapkan oleh Widodo (2009), Gangguan psikologis bisa dianggap sebagai penyebab bila kesulitan makan itu waktunya bersamaan dengan masalah psikologis yang dihadapi. Bila faktor psikologis tersebut membaik maka gangguan kesulitan makanpun akan membaik.

Hasil peneliti ini sejalan dengan penelitiannya Fitriani (2009) dengan judul "Gambaran Penyebab Kesulitan Makan Pada Anak Usia Prasekolah Usia 3-5 Tahun

Di Perumahan Top Amin Mulya Jakabaring Palembang Tahun.2009", dimana dari 59,3% anaknya mengalami kesulitan makan pada penelitiannya semuanya mengalami tekanan dari orang tua atau pengasuhnya sehingga psikologi anak mempengaruhi perilaku makan

Menurut asumsi peneliti psikologi anak baik dan anaknya tidak sulit makan 38 responden (71,7%) karena mungkin orang yang memberikan makanan pada anak dengan kasih sayang, perhatian dan lain-lain sehingga anak tersebut tidak merasa terbebani psikologisnya ketika makan, sedangkan psikologi anak yang baik dan anaknya sulit makan 2 responden (3,8%) kemungkinan anak tersebut psikologisnya dalam keadaan baik akan tetapi lingkungannya yang kurang mendukung sehingga mengganggu nafsu makan anak menurun, sedangkan psikologi anak tidak baik dan anaknya tidak sulit makan 8 responden (15,1%) kemungkinan anak tersebut terbiasa dengan kondisi dalam keluarganya yang suka marah marah ketika di panggil makan akan tetapi hidangan makanan yang disediakan oleh ibunya memberikan variasi makanan yang semenarik mungkin untuk menarik perhatian anak untuk makan, dan yang psikologi anaknya tidak baik dan anaknya sulit makan 5 responden (13,2%).

KESIMPULAN

Ada Hubungan Antara Peran Orang Tua dengan Kesulitan Makan, lingkungan, jenis makanan, dan psikologis Pada Anak Di TK Gowata Desa Taeng Kec. Pallangga Kab. Gowa.

SARAN

1. Kepada masyarakat khususnya orang tua yang berada di Desa Taeng Kec Pallangga Kab. Gowa agar memperhatikan pola makan anaknya karena pola makan yang teratur menghasilkan status gizi yang baik yang menunjang kesehatan anak.
2. Kepada peneliti selanjutnya yang berminat untuk meneliti tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kesulitan makan pada anak usia 3-5 tahun diharapkan lebih memperdalam penelitian untuk memperoleh hasil yang lebih memuaskan.
3. Kepada petugas kesehatan agar memberikan penyuluhan tentang pentingnya memberikan jenis makanan yang baik dan benar.
4. Kepada orang tua agar menjaga lingkungan yang selalu bersih di lingkungan keluarganya sendiri

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim [http : // www. materi sma. Com / 2014 / 03 / macam - macam - gangguan - sistem-pencernaan . html](http://www.materi.sma.com/2014/03/macam-macam-gangguan-sistem-pencernaan.html) diakses pada jam 19.09 tanggal 27-05-2014
- Adiningsi Sri. 2010. *Waspada! Gizi Balita Anda*. penerbit Gramedia-Jakarta.
- Anggraini, Yanti. 2008. *Menu Sehat Alami Untuk Batita Dan Balita*. Demedia Jakarta
- Fitriani Fadillah. *Gambaran Penyebab Kesulitan Makan Pada Anak Usia Prasekolah Usia 3-5 Tahun Di Perumahan Top Amin Mulya Jakabaring Palembang Tahun.2009*. Skripsi Tidak Di Terbitkan. Banda Aceh. STIKES U'Budiyah Banda Aceh
- Harinda Loraine. 2012. *Proporsi dan status gizi pada anak usia prasekolah dengan kesulitan makan di Semarang*. Skripsi tidak di terbitkan. Semarang. Fakultas kedokteran. Universitas diponegoro.
- Hidayah Alimul Aziz. 2012. *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak*. Salemba medika. Jakarta.
- Hidayah Alimul Aziz. 2009. *pengantar kebutuhan dasar manusia*. Salemba medika. Jakarta.
- Hidayah Alimul Aziz. 2014. *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisis data*. Penerbit salemba medika.
- Judarwanto Widodo, 2009. *kesulitan makan, pemberian nutrisi dan gangguan perilaku*. (online) [http:// childrenclinic.wordpress. Com/2009/08/02/ sulit-makan-dan-gangguan- perilaku/](http://childrenclinic.wordpress.com/2009/08/02/sulit-makan-dan-gangguan-perilaku/) diakses pada jam 17.37 tanggal 27-05-2014
- Jurnal psikologi. Budi andayani. *Profil keluarga anak-anak bermasalah*. <http://jurnalpsikologi.files.profil-keluarga-anak-anak-bermasalah-UGM-tahun-2009.pdf>. Diakses pada tanggal 20/09/2014 jam 23.21 wita.
- Jurnal, syatriani sri. *Faktor yang berhubungan dengan status gizi bayi*. [http://jurnalmediagzipangan.files.wordpress. Com /2012/03/10-faktor- yang- berhubungan- dengan- status- gizi- bayi-di-kelurahan-bira-kota- makassar-tahun-2010.pdf](http://jurnalmediagzipangan.files.wordpress.com/2012/03/10-faktor-yang-berhubungan-dengan-status-gizi-bayi-di-kelurahan-bira-kota-makassar-tahun-2010.pdf). Diakses pada tanggal 9/05/2014 jam 16.00 wita
- Kusuma wati erna & Proverawati atikah. 2011. *Ilmu gizi untuk keperawatan dan kesehatan*. penerbit Medical Book.
- Mansur herawati & Budiarti temu. 2014. *psikologi ibu dan anak*. Edisi 2. penerbit salemba medika-Jakarta
- Mariana Hanna. 2013. *Perilaku Ibu Dalam Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak Dibawah Usia Lima Tahun (Balita) Di Kelurahan Hutang Tonga-Tonga Sibolga*. Skripsi tidak di terbitkan. Universitas Sumatra utara.
- Notoatmojo soekidjo. 2012. *Metodologi penelitian kesehatan*. edisi revisi. Diterbitkan oleh PT Rineka Cipta
- Nurjannah. 2013. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Picky Eater (Sulit Makan) Pada Balita Di TK Negeri Pembina Kec. Simpang Tiga Kabupaten Pidie*. Skripsi Tidak Di Terbitkan. Banda Aceh. STIKES U'Budiyah Banda Aceh
- Rahmawati. 2011. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesulitan Makan Pada Anak Usia 3-5 Tahun Di TK Perwanida Batu-Batu Kabupaten Soppeng*. Skripsi Tidak Di Terbitkan. Makassar. STIKES Nani Hasanuddin.
- Riyadi sujono & sukarmin. 2009. *Asuhan keperawatan pada anak*. penerbit Graha Ilmu-yogyakarta
- Sugiyono, 2013. *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta. Bandung
- Soedibyo Soepardi, Mulyani Lia Raden. *Kesulitan makan pada pasien pediatri rawat jalan*. <http://saripediatri.idai.or.id/pdf/11-2-1.pdf> diakses pada tanggal 5-06-14 jam 16.00

TERAPI TOKEN EKONOMI UNTUK MENGUBAH PERILAKU LEKAT DI SEKOLAH

Nur Hasanah

Program Studi Kebidanan dan Keperawatan
STIKES Muhammadiyah Pringsewu Lampung
Jalan Makam KH Ghalib No. 112 Pringsewu Lampung
khazanah_nur@yahoo.co.id

Abstract

This research focused on attachment behavior at school in children's with separation anxiety disorder. Token economy is a behavior treatment to reduce attachment behavior at school. The hypothesis was economy token could change attachment behavior at school with separation anxiety disorder aged 7 years. This research design was *Single Case Experimental Design* with *multiple-baseline design*. In the research subjects was one child in elementary school with separation anxiety disorder. Data collected from monitoring sheet were analyzed with *conservative-dual criteria*(CDC). The form of subject's attachment figure behavior in school (1) looked into attachment figure to ensure the existence, (2) inquiring the material to his mother than his teacher at school, (3) inquiring to stay in front of the class and (4) closer to his mother than his friends when take a rest. The result shows that therapy economy token can reduce attachment behavior at school in children's with separation anxiety disorder. While the qualitative analysis shows there was parents' consistency in applying economy token program has played significant role in reducing attachment behavior at school in children's with separation anxiety disorder.

Keywords: attachment behavior at school in children's, token economy therapy, separation anxiety disorder

Abstrak

Penelitian ini difokuskan pada perilaku lekat di sekolah pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah. Token ekonomi sebagai terapi perilaku yang digunakan dalam penelitian ini bertujuan untuk

mengurangi perilaku lekat di sekolah. Rancangan penelitian menggunakan *Single Case Experimental Design* dengan *multiple-baseline design*. Subyek penelitian berjumlah satu orang siswa sekolah dasar dengan kriteria usia 7 tahun, mengalami gangguan kecemasan berpisah dan memiliki perilaku lekat ketika di sekolah. Hasil penelitian dianalisis dengan analisis kuantitatif yaitu metode *conservative-dual criteria*(CDC). Bentuk-bentuk perilaku lekat di sekolah pada subyek penelitian berupa (1) perilaku memastikan keberadaan figure lekatnya dan menangis ketika tidak berada di tempat, (2) perilaku bertanya materi/tugas kepada ibunya dibanding guru ketika di sekolah, (3) perilaku meminta di tunggu di depan kelas oleh ibunya dan (4) perilaku mendekat ibunya ketika istirahat dibanding temannya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi token ekonomi dapat mengurangi perilaku lekat di sekolah pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah. Sedangkan hasil analisis kualitatif menunjukkan bahwa konsistensi orangtua dalam pelaksanaan terapi token ekonomi memiliki peran yang signifikan dalam mengurangi perilaku lekat di sekolah pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah.

Kata kunci: gangguan kecemasan berpisah, perilaku lekat di sekolah pada anak, terapi token ekonomi.

Pendahuluan

Dalam kehidupan awal seorang anak, orangtua mempunyai arti penting bagi kehidupannya. Hubungan antara anak dan figur orangtua sangat menentukan perkembangan selanjutnya. Menurut Bowlby (Dagun, 2002) kelekatan figur ibu dan anak merupakan sesuatu yang alami sifatnya karena kelekatan merupakan suatu ikatan emosional yang kuat yang dikembangkan anak melalui interaksinya dengan orang yang mempunyai arti khusus dalam kehidupannya, biasanya ibu.

Salah satu permasalahan muncul dihadapi orangtua dan anak saat anak pertama kali anak harus berpisah dalam waktu yang cukup lama dengan orangtua yang menjadi figur kelekatan, yang biasanya dialami saat anak menjalani pendidikan di taman kanak-kanak, yang ditandai adanya rasa cemas anak untuk berpisah dari orangtua atau pengasuhnya. Hal ini wajar karena kedekatan anak-orangtua terjalin sejak kecil saat anak terpenuhi kebutuhan dasarnya. Namun, perilaku anak menjadi tidak wajar ketika dalam memelihara kedekatannya dengan orangtua pada anak muncul rasa tidak aman

yang disebabkan oleh perilaku ibu yang terlalu melindungi atau *overprotektif* atau suka mengatur segala hal, sehingga ibu tidak dapat mempercayakan pengasuhan kepada orang lain (Kompas, 2009). Legerstee dan Ferdinand (Mofrad dkk, 2009) juga menyatakan bahwa ada hubungan positif antara sikap *overprotektif* orangtua dan kecemasan pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah.

Menurut Schlosberg (Parenting, 2010), banyak terjadinya *stress* pada anak usia sekolah ketika memasuki sekolah baru dan senantiasa meminta ibunya untuk menunggu ketika sekolah sampai selesai, bahkan terjadi aksi guling-mengguling dan menangis ketika harus berpisah dengan ibunya. Fenomena yang terjadi di sebuah sekolah dasar di Yogyakarta bahwa beberapa orangtua khususnya ibu banyak menghabiskan waktunya untuk menunggu putranya sekolah. Hasil wawancara dari salah satu guru di sekolah menunjukkan bahwa fenomena menunggu anak ketika sekolah terjadi kemungkinan karena kurang adanya aktivitas yang dimiliki seorang ibu kecuali mengurus anak dan keluarganya sehingga ibu senantiasa mengikuti sekolah ketika anak sekolah.

Pihak sekolah banyak mengeluh akan kondisi yang terjadi dalam proses belajar mengajarnya, perilaku menunggu di sekolah membuat anak kurang mandiri untuk mengerjakan tugas akademik atau menjalankan fungsi sosialnya. Kebingungan sempat melanda para guru-guru di sekolah karena berbagai cara sudah dilakukannya dengan memberi pengertian kepada orangtua untuk meninggalkan anaknya ketika sekolah dengan menawarkan memberi hadiah ketika mau ditinggal sekolah atau sebaliknya memberikan pengertian kepada anak untuk tidak ditunggu ketika sekolah, akan tetapi justru terjadi kemogokan sekolah pada anak dan anak merasa takut ketika ibunya meninggalkannya.

Gangguan kecemasan berpisah (*Separation Anxiety Disorder*) merupakan bentuk kecemasan yang dialami anak-anak ketika mereka akan meninggalkan rumah dan keluarga mereka untuk bergabung dengan teman-temannya di sekolah yang ia anggap sebagai orang asing. Kecemasan ini dapat mempengaruhi fungsi-fungsi kehidupan anak sehingga anak tidak bisa mandiri dan orangtua harus terlibat lebih dalam aktivitas anak (Le fanu, 2006).

Keterlibatan orangtua yang berlebih pada aktivitas aktivitas anak merupakan faktor resiko berkembangnya perilaku lekat anak-orangtua sebagai hasil kecemasan yang meningkat. Begitu pula pada anak yang mengalami kecemasan berpisah senantiasa memiliki kebutuhan untuk bersama dengan figur lekatnya untuk menerima cinta dan mendapatkan dukungan atas aktivitas yang dilakukannya seperti terlibat pada aktivitas sosial untuk mendapatkan penghargaan dari temannya (Bowbly

dalam Wood 2007), sehingga ketidakhadiran figur lekat disampingnya membuat anak menjadi semakin *defensif*, anak mengeluhkan bahwa tak ada orang mencintainya atau peduli terhadapnya dan berfikir untuk bunuh diri ketika dipisahkan dengan figur yang dilekatinya. Anak menunjukkan kemarahan atau kadang memukul seseorang yang memaksa untuk berpisah dengan figur lekatnya (APA, 2000).

Menurut DSM IV (APA, 2000) Gangguan Kecemasan Berpisah (SAD) adalah kecemasan berlebihan tentang pemisahan dari rumah atau figur lekatnya, biasanya ibu yang mengakibatkan *distress*. Saat terjadi pemisahan anak merasa khawatir tentang dirinya tanpa adanya figur lekat disisinya sehingga sering terjadi penolakan ketika pergi sekolah dan memilih tinggal di rumah bersama figur lekatnya. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya gangguan kecemasan berpisah adalah terjadinya transisi dalam lingkungan baru yaitu sekolah, adanya hubungan kelekatan yang tidak aman, dan pengalaman keluarga yang negatif, yang menunjukkan kontribusi besar untuk kecemasan (Chorpita, 2001). Dalam penelitiannya, Kearney (2001) menyatakan anak yang menolak sekolah yang mengalami kecemasan berpisah ditemukan adanya keluhan somatik yang memburuk (75%), khawatir atas perpisahan (71%), perilaku menolak sekolah (69%), penolakan untuk tidur sendiri (63%) perilaku lekat pada figur yang dilekati (56%), khawatir akan bahaya pada orang yang dilekati (44%), kekhawatiran tentang kejahatan (31%) dan mimpi buruk tentang perpisahan (13%). Anak dengan gangguan kecemasan berpisah perlu mendapat perhatian khusus, mengingat gangguan ini semakin banyak ditemukan dan mengakibatkan berbagai problem.

Salah satu permasalahan yang terjadi pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah adalah terjadinya perilaku lekat pada figur lekatnya yaitu ibu. Menurut Mannasis (dalam Mofrod dkk, 2010), kecemasan dan kegelisahan yang dialami anak untuk ditinggalkan ibunya akan menimbulkan strategi *coping* yang berpusat pada kewaspadaan kronis yang dapat terus berlangsung sepanjang kehidupan anak yang berakibat pada penarikan diri, tidak memiliki keberanian mengeksplorasi dan cenderung lekat pada figur lekatnya dalam lingkungan sosialnya seperti sekolah. Gewirtz & Pelaez-Nogueras (dalam Flood & Wilder, 2004) juga menyebutkan bahwa gangguan kecemasan berpisah termasuk gangguan kelekatan pada anak.

Mofrad dkk (2010) mengatakan dalam penelitiannya bahwa adanya hubungan antara kelekatan *ambivalent* dengan gangguan kecemasan berpisah. Diperkuat oleh

Bowen (dalam Nichols dan Schwartz, 1998) bahwa kecemasan berpisah merupakan bentuk kelekatan patologis yaitu kelekatan cemas, sedangkan kelekatan cemas membuat anak tidak mau berpisah dengan orangtuanya. Selain itu, Obegi dan Berant (2009) juga mengemukakan bahwa pada diri anak yang mengalami kelekatan cemas muncul adanya ketakutan ketika ditinggal figur lekatnya dan menjadi ingin sangat dekat dengan figur lekatnya.

Perilaku lekat pada anak yang mengalami *Separation Anxiety Disorder* (SAD) ditandai oleh adanya perasaan khawatir adanya perpisahan dengan orangtua atau sosok yang dilekati. Perilaku lekat merupakan suatu bentuk perilaku yang dihasilkan dari usaha seseorang untuk mempertahankan kedekatannya dengan seseorang yang dianggap mampu memberikan perlindungan dari ancaman lingkungan terutama saat seseorang merasa takut, sakit dan terancam (Bowlby dalam Durkin 1995). Selain itu, perilaku lekat merupakan tingkah laku yang khusus pada manusia, yaitu kecenderungan dan keinginan seseorang untuk mencari kedekatan dengan figur lekat untuk mencari kepuasan dalam hubungan dengan figur lekat tersebut (Monk dkk, 2002).

Berdasarkan permasalahan tersebut di atas, maka perlu adanya intervensi yang dapat memberikan manfaat praktis bagi orangtua untuk menangani perilaku lekat di sekolah pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah. Menurut Kearney (2001) terapi perilaku termasuk intervensi yang paling disetujui oleh praktisi dalam penerapan perilaku lekat di sekolah pada anak yang mengalami kecemasan berpisah. Terapi perilaku merupakan perilaku yang menekankan pada pengamatan perilaku nyata, memperbaiki perilaku yang tidak *adaptif* dan meningkatkan perilaku *adaptif* (Corey, 1997).

Banyak pendekatan yang dapat digunakan untuk menangani anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah (SAD) antara lain Doobay (2008) menggunakan pendekatan kognitif perilaku untuk menangani perilaku menolak sekolah pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah. Kearney dkk (2003) menggunakan analisis keluarga untuk menangani kecemasan berpisah pada anak Gosschal (2004) dan Flood & Wilder (2004) menggunakan terapi perilaku dalam menangani gangguan kecemasan berpisah (SAD) dan dinilai lebih efektif dalam penerapannya.

Token ekonomi telah banyak diteliti dan terbukti efektif diberbagai latar belakang, baik sekolah, mulai dari taman kanak-kanak sampai sekolah menengah, klinik psikiatri serta lembaga rehabilitasi anak-anak dengan permasalahan perilaku (Field, Nash, Handwearl & Friman, 2004; Reitman, Murphy, Hupp & O'Collaghan,

2004). Token ekonomi merupakan intervensi yang paling banyak diteliti dan terbukti valid dalam *setting* sekolah (McLaughlin & Williams, 1998). Token ekonomi yang telah terbukti efektif untuk meningkatkan ketrampilan akademik di sekolah umum diasumsikan mampu untuk mengurangi perilaku lekat di sekolah pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah.

Penelitian terdahulu yang membahas token ekonomi sering dilakukan. Berbagai penelitian yang berkaitan dengan token ekonomi telah banyak dilakukan oleh para ahli psikologi, khususnya psikologi pendidikan dan klinis namun penelitian tersebut dilakukan untuk mengetahui penerapan token ekonomi dengan aspek lain. Penelitian Higim, William dan McLaughlin (2001), tentang penerapan token ekonomi pada anak sekolah yang mengalami hambatan belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan token efektif mengatasi kesulitan pada anak yang mengalami hambatan belajar. Penelitian Zlomke (2003) tentang token ekonomi dan monitoring diri efektif untuk mengurangi perilaku destruktif dalam kelas dan penelitian Ningsih (2005) tentang token ekonomi untuk menurunkan perilaku agresif pada anak usia sekolah.

Lain halnya penelitian Suprihatin (2009) tentang penerapan token ekonomi pada anak yang mengalami gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya peningkatan perilaku memperhatikan pelajaran pada anak yang mengalami gangguan pemusatan perhatian perhatian dan hiperaktifitas. Sampai sejauh ini peneliti belum menemukan penelitian yang menggunakan token ekonomi sebagai perlakuan untuk anak yang mengalami kecemasan berpisah ketika di sekolah.

Oleh karena itu peneliti ingin menggunakan metode token ekonomi sebagai perlakuan yang diuji. Bertolak dari prinsip dasar terapi perilaku yang menekankan pada pengamatan perilaku nyata, memperbaiki perilaku yang tidak *adaptif* dan meningkatkan perilaku *adaptif*, token ekonomi merupakan salah satu tehnik membentuk perilaku dan meningkatkan perilaku yang *adaptif* dengan cara memberikan pengukuh yang sifatnya sementara berupa kepingan/kartu/meterai segera setelah perilaku yang diinginkan terjadi, setelah terkumpul dalam jumlah tertentu akan ditukarkan/diuangkan dengan pengukuh yang diharapkan (pengukuh idaman). Oleh karena itu perlakuan dengan token ekonomi akan bermanfaat untuk mengatasi perilaku lekat di sekolah pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah (SAD).

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh terapi token ekonomi untuk mengurangi perilaku lekat di sekolah pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah.

Metode Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah satu orang anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah sesuai dengan kriteria DSM IV dan diungkap menggunakan wawancara terhadap figur lekatnya. Karakteristik subjek penelitian yaitu (1) anak mengalami perilaku lekat di sekolah dalam kategori tinggi, (2) memiliki usia minimal 5 tahun dan (3) sedang menjalani pendidikan formal. Subjek dikenai program token ekonomi untuk mengurangi perilaku lekat ketika di sekolah.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan jenis penelitian yang tergolong *Single Case Experimental Design*, dengan jumlah subjek dibawah 10 orang (Barlow & Hersen, 1984). Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh pemberian token ekonomi terhadap perilaku lekat di sekolah pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah. Rancangan penelitian *Single Case Experimental Design* menggunakan model rancangan *multiple-baseline designs*. Model rancangan *multiple-baseline design* dipilih dengan tujuan untuk mengetahui apakah suatu *treatment* dapat merubah beberapa perilaku spesifik dalam satu waktu dari seorang individu.

Penerapan token ekonomi diberikan hanya satu kali perlakuan, yang terdiri dari empat kali penukaran hadiah pada setiap kali perilaku target terbentuk. Perilaku target pertama pada hari ke 14 sampai hari ke 16 yaitu ketika subjek mau ditunggu ibunya di depan pagar dan tidak terlihat anak maka mendapatkan hadiah yang diinginkan. Perilaku target kedua pada hari ke 18 sampai 20 yaitu ketika anak mau ditunggu oleh ibunya di luar pagar sekolah maka anak akan mendapatkan hadiah yang diinginkan. Perilaku target ketiga pada hari ke 21-23 yaitu ketika ibu hanya datang ketika istirahat saja dan perilaku target keempat pada hari 24-26 yaitu ketika anak hanya cukup diantar dan dijemput ibunya saat sekolah. Poin atau stiker bergambar yang diperoleh subjek dapat ditukar dalam waktu tiga hari sekali setiap subjek telah mencapai keberhasilan perilaku yang dijadikan target. Hadiah yang akan didapatkan sesuai dengan jumlah stiker yang didapatkan dan jumlah stiker dapat dilihat pada tabel harga stiker yang ada pada peraturan program. Selama token ekonomi diberikan, orangtua, guru dan observer selaku pelaksana program terlibat dalam pelaksanaannya.

Data penelitian dianalisis menggunakan metode *conservative dual-criterion* (CDC) dari Swoboda et al (2010) yaitu berdasarkan analisis visual melalui grafik yang disajikan. Kelebihan dari metode CDC ini adalah mengatasi masalah rendahnya reliabilitas interrater dan menentukan apakah sebuah perubahan terjadi secara

sistematis (bukan random). Penentuan dari efektifnya sebuah intervensi dilihat dari apakah skor yang didapat dari perilaku target di atas atau di bawah garis level (*level line*) dan garis trend (*trend line*). Sebagai contoh jika sebuah intervensi untuk menurunkan sebuah perilaku sebanyak 9 kali sesi intervensi, maka minimal 8 sesi intervensi tersebut skornya harus di bawah garis level dan garis trend. Tabel 1 di bawah ini menyajikan kriteria skor untuk menentukan apakah sebuah intervensi membawa perubahan yang sistematis.

Tabel 1
Kriteria skor penentuan terjadinya perubahan sistematis

Jumlah skor sesi intervensi	Jumlah skor yang dibutuhkan terjadinya perubahan memprediksikan arah sistematis
5	5
6-7	6
8	7
9-10	8
11-12	9

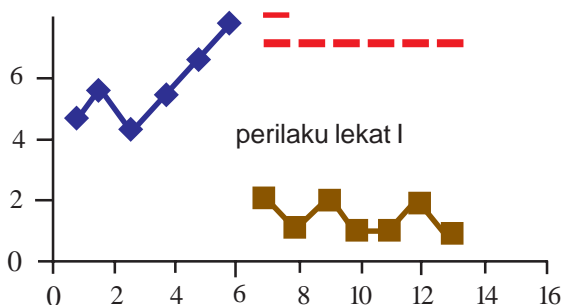
Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis secara deskriptif, terdapat penurunan dari fase *baseline* ke fase *treatment*. Pada grafik diatas menggambarkan dinamika perubahan pada empat perlakuan perilaku lekat dalam sekolah pada subjek penelitian. Perilaku lekat I menunjukkan perilaku memastikan keberadaan ibunya dan menangis jika ibu tidak berada ditempatnya. Perilaku lekat II menunjukkan perilaku menanyakan materi/ tugas kepada figur lekatnya dibanding gurunya. Perilaku lekat III menunjukkan perilaku mendekat figur lekatnya ketika istirahat dibanding temannya dan Perilaku lekat IV menunjukkan perilaku minta ditunggu oleh figur lekatnya didepan kelas.

Secara *visual* terlihat bahwa seluruh perilaku lekat mengalami perubahan pada saat fase A, fase B dan *follow-up*, artinya dapat dikatakan bahwa program token ekonomi memberikan pengaruh langsung terhadap penurunan perilaku lekat. Pada perilaku lekat I menunjukan penurunan perilaku secara stabil. Begitu pula perilaku lekat II terlihat adanya penurunan perilaku. Lain halnya, perilaku lekat III, pada saat perlakuan (fase B) terjadi penurunan yang stabil.

Berbeda dengan perilaku lekat IV, subjek terlihat mampu mengkondisikan dirinya untuk berpisah secara bertahap dengan orangtuanya akan tetapi saat dilakukan pengukuran kembali terjadi pelonjakan perilaku meminta untuk ditunggu oleh figur lekatnya kembali. Artinya, terjadi penurunan perilaku lekat IV saat diberi fase perlakuan (B).

Perilaku lekat I: Perilaku memastikan keberadaan ibunya dan menangis jika ibu tidak berada ditempat. Gambar perilaku memastikan keberadaan ibunya dan menangis jika ibu tidak berada ditempat menunjukkan bahwa pada fase *baseline* terlihat perilakunya cenderung meningkat dan stabil, namun setelah diberikan perlakuan, perilaku menengok untuk memastikan keberadaan ibunya saat di sekolah cenderung menurun. Gambar 1 di bawah ini menyajikan perubahan perilaku lekat anak.

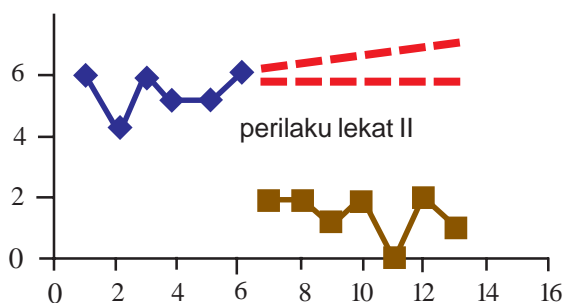


Gambar 1
perubahan perilaku lekat I anak

Pada perilaku memastikan keberadaan ibunya dan menangis jika ibu tidak berada ditempat menunjukkan adanya kemunculan perilaku dalam 3 hari pertama (hari 14, 15 dan 16). Hasil observasi terlihat bahwa subjek sering keluar masuk kelas untuk menengok ibunya atau meminta ibu untuk membenarkan bajunya sebagai alasan. Subjek masih terlihat takut ketika ditinggalkan oleh ibunya, walaupun terlihat bersemangat mengikuti program token ekonomi dan mampu mengumpulkan 5 stiker. Pada hari ke-17 sampai 28 terjadi ketidakhadiran perilaku menengok figur lekatnya. Artinya, subjek mampu mengurangi perilaku lekatnya. Walaupun pada hari ke-24, 25 dan pada akhir perlakuan hari ke-34 menunjukkan perilaku menengok figur lekatnya kembali. Hasil wawancara orangtua mengemukakan bahwa terjadi kecemasan pada subjek untuk ditinggal ibunya di sekolah dan ketakutan akan kasih

sayangnya direbut oleh adiknya sehingga perilaku memastikan keberadaannya figur lekatnya muncul kembali. Selain itu, kondisi psikologis orangtua yang merasa kurang memberikan dorongan kepada subjek penelitian sehingga kurang adanya semangat menjalankan program token ekonomi.

Perilaku lekat II: perilaku menanyakan materi/tugas kepada ibunya dibanding gurunya. Grafik perilaku anak lebih senang menanyakan tugas pada ibunya dibanding pada gurunya menunjukkan bahwa pada fase *baseline* perilakunya terlihat tinggi dan setelah diberi perlakuan perilakunya cenderung menurun. Gambar 2 di bawah ini menyajikan perubahan perilaku lekat anak.

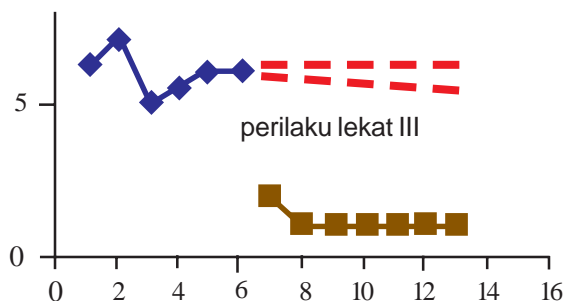


Gambar 2
Perubahan perilaku lekat II anak

Pada perilaku anak lebih sering menanyakan tugas kepada ibunya dibanding gurunya menunjukkan penurunan perilaku walaupun terjadi kemunculan kembali saat hari ke-19, 31 dan 35. Hasil wawancara dengan orangtua menyatakan bahwa pada saat perilaku lekat muncul kembali ketika terjadi konflik antara ibu dan ayahnya pada hari tersebut. Selain itu karena orangtua yang tidak mampu mengkondisikan program kepada subjek sehingga subjek terbangun kesiangn dan akibatnya merasa adanya ketakutan untuk ditinggalkan seorang diri. Data ini memperkuat dari hasil observasi bahwa subjek tampak murung dan malas untuk menulis tugas dari guru, subjek tampak menangis dan keluar masuk kelas untuk menanyakan tugasnya. Selain itu, faktor kejenuhan orangtua dalam melakukan program token ekonomi. Orangtua merasa sudah bosan dan lelah atas perubahan yang terjadi pada anaknya.

Perilaku lekat III: perilaku mendekat ibunya ketika istirahat dibanding dengan temannya. Grafik perilaku anak lebih senang mendekat kepada ibunya dibandingkan dengan temannya ketika istirahat menunjukkan penurunan yang tidak stabil pada fase perlakuan, frekuensi kemunculannya cenderung naik turun dan baru terjadi

penurunan yang menetap pada akhir fase perlakuan. Gambar 3 di bawah ini menyajikan perubahan perilaku lekat anak.



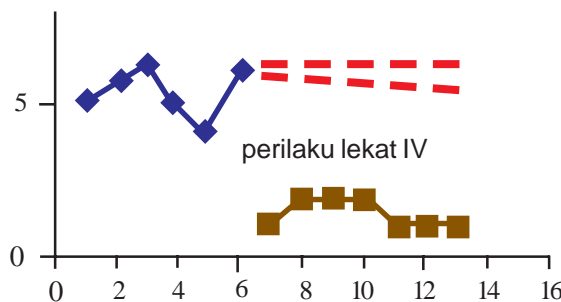
Gambar 3.
Perubahan perilaku lekat III anak

Pada awal perlakuan tampak subjek masih belum mampu untuk membaur dan terlihat masih tergantung dengan figur lekatnya ketika istirahat. Hasil observasi menyatakan bahwa subjek masih mendekat ibu ketika istirahat datang atau sebaliknya, ibu yang cenderung mendekati subjek ketika istirahat hanya untuk dapat makan atau sekedar menayakan pelajaran yang tidak dimengerti oleh. Akan tetapi diakhir perlakuan tampak bahwa anak sudah mulai bersosialisasi, terlihat mampu membeli jajan sendiri tanpa bantuan ibunya dan mampu mengatur uang jajannya.

Perilaku lekat IV: perilaku meminta ditunggu didepan kelas oleh ibunya saat sekolah. Grafik pemantauan terhadap perilaku ditunggu didepan kelas saat sekolah menunjukkan pada fase *baseline* (tanpa perlakuan) perilaku tersebut terjadi setiap hari. Pada fase perlakuan terjadi penurunan perilaku ditunggu didepan kelas namun terjadi kenaikan pada pertengahan perlakuan dan diakhiri dengan penurunan kembali. Pada fase perlakuan tahap pertama dan kedua, subjek telah berhasil melewati tahapan untuk ditunggu disamping pagar dan di luar pagar oleh ibunya namun saat memasuki tahap untuk dapat ditinggal dan dijenguk ibu ketika istirahat, subjek menunjukkan perilaku tidak mau ditinggal oleh ibunya sehingga muncul perilaku ditunggu kembali. Akan tetapi pada akhir perlakuan subjek mampu ditinggal oleh ibunya, dan ibunya hanya mengantarkan dan menjemput saat pulang sekolah. Gambar 4 di bawah ini menyajikan perubahan perilaku lekat anak.

Hasil penelitian menunjukkan penerapan token ekonomi mampu menurunkan perilaku lekat di sekolah pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah. Artinya dalam penelitian ini terdapat efek terapi, yaitu pengurangan perilaku lekat di

sekolah pada subjek penelitian dari fase *baseline* (A) ke fase perlakuan (B). Menurunnya perilaku lekat pada subjek penelitian menandakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.



Gambar 3.
Perubahan perilaku lekat IV anak

Terjadinya penurunan secara stabil pada perilaku lekat I, perilaku lekat II dan perilaku lekat IV saat diberikan program token ekonomi, namun terjadi penurunan yang kurang stabil pada perilaku lekat III. Frekuensi kemunculannya cenderung naik turun dan baru terjadi penurunan yang menetap pada akhir fase perlakuan. Hal tersebut terjadi karena selain perilaku ibu yang menunjukkan adanya kelekatan pada subjek untuk menanyakan tugas yang dipelajarinya atau hanya sekedar mengajaknya untuk membeli jajan, subjek juga belum mampu dikondisikan untuk memegang uang jajan sendiri akibatnya subjek masih tergantung oleh ibunya saat istirahat.

Berdasarkan uraian di atas, bahwasanya hasil penelitian bukan hanya pengaruh terapi token ekonomi yang telah berjalan dalam penelitian namun adanya faktor dari luar yang mempengaruhi keberhasilan terapi, karena faktor psikologis orangtua yang terlibat. Latar belakang yang merupakan kemungkinan faktor penyebab terjadinya perilaku lekat di sekolah pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah adalah masalah orangtua. Sikap ayah yang terlalu *overprotektif* dan ibu yang terlalu banyak terlibat memberikan kontribusi kecemasan berpisah yang tinggi pada subjek penelitian. Connolly dkk (2006) mengemukakan bahwa pada orangtua yang *overprotective*, *overcontrolling*, atau terlalu kritis dapat mencegah anak-anak mereka dari mengembangkan kemandirian dan rasa percaya diri, dan mungkin juga meningkatkan risiko untuk kecemasan gangguan pada anak-anak mereka. Rapee (1997) menyatakan sikap *overprotection* orangtua secara konsisten memberikan kontribusi bagi kecemasan masa kanak-kanak. Anak-anak merasa otonominya lebih dibatasi dan menumbuhkan ketergantungan kepada orang tua (Hudson & Rapee, 2001).

Sedangkan sikap ibu yang terlalu banyak terlibat pada aktivitas anaknya karena khawatir tidak mampu melakukan tugas secara mandiri merupakan proyeksi kecemasan yang dinampakkan orangtua. Hasil wawancara ibu, bahwasanya ibu merasa khawatir ketika harus melepaskan subjek untuk melakukan tugasnya secara mandiri terutama di sekolah sehingga ibu harus terlibat dalam semua aktivitas anaknya. Hal senada diungkapkan oleh guru wali kelas bahwa perilaku lekat pada subjek muncul karena keterlibatan orangtua dalam mendidik anaknya. Orangtua terutama ibu cenderung ikut terlibat pada urusan anaknya sehingga anak merasa tidak terbiasa ketika harus melakukan aktivitas sendiri tanpa bantuan figur lekatnya.

Menurut Bowlby (Wood, 2007) keterlibatan orangtua dalam aktivitas anak merupakan faktor resiko berkembangnya perilaku lekat anak-orangtua sebagai hasil kecemasan yang meningkat. Begitu pula pada anak yang mengalami kecemasan berpisah senantiasa memiliki kebutuhan untuk bersama dengan figur lekatnya untuk menerima cinta dan mendapatkan dukungan atas aktivitas yang dilakukannya seperti terlibat pada aktivitas sosial.

Terjadinya kecemasan dan ketegangan emosi dalam keluarga subjek memungkinkan adanya triangulasi keluarga. Menurut Bowen (dalam Nichols dan Schwartz, 1998) triangulasi dalam keluarga terjadi karena adanya kerenggangan hubungan antar keluarga; anak dengan ayah, anak dengan ibu atau ibu dengan ayah. Dalam triangulasi ini, satu pasangan akan mendekat pada salah satu pihak yaitu anak mendekat pada ibunya. Artinya, anak akan memiliki simpati kepada ibu dan berusaha menjauh dari ayah.

Ecke, Chope & Emmelkamp (2006) juga mengemukakan bahwa kecemasan disebabkan oleh ketidakseimbangan dalam keluarga dan triangulasi merupakan salah satu cara menstabilkan kecemasan dari sumber masalah ke masalah yang lain. Dalam kaitannya dengan permasalahan yang terjadi pada subjek bahwa sikap ayah yang terlalu mendominasi dan banyak menuntut dalam keluarga, sedangkan kondisi ibu yang tidak memiliki *coping* yang baik terhadap masalah yang dihadapi, memungkinkan bagi ibu bekerjasama dengan subjek untuk menjauhi figur ayahnya sehingga ibu pencemas secara langsung telah memproyeksikan kecemasan yang dimiliki pada anaknya yang mengakibatkan perilaku lekat. Connolly (2006) menyebutkan bahwa pada orangtua yang pencemas secara tidak sadar mendorong keterampilan *coping* cemas dan penghindaran pada anak-anak mereka dalam keinginan mereka untuk menjaga anak aman dari bahaya. Pendapat lain dari Perlmutter dkk (dalam Carr, 1999) mengemukakan bahwa kecemasan anak muncul ketika dalam keluarga dimana orangtua sebagai figur lekat yang berperan sebagai model bagi anaknya mempunyai

pengaruh besar terbentuknya perilaku cemas dalam diri anak sehingga anak semakin lekat dengan ibunya dan mengalami kecemasan ketika berpisah.

Perspektif *behavioral* menerangkan bahwa seseorang akan mengulang aktivitasnya apabila aktivitas serupa yang dilakukan sebelumnya mendatangkan hasil yang menyenangkan, memuaskan, mendapat *reward* atau *reinforcement* yang disebut juga dengan intensif. Insentif adalah stimulus positif atau negatif yang dapat memotivasi subjek. Penguatan (*reinforcement*) dalam suatu kegiatan juga memberikan pengaruh pada pembentukan perilaku lekat yang terjadi pada anak. Misalnya, ketika subjek meminta ibunya untuk menunggu di depan kelas dan menangis atau mogok tidak mau sekolah jika keinginannya tidak dituruti. Artinya ketika ibu menuruti kemauan subjek maka pertahanan ibu hilang dan subjek mendapatkan penguat pada perilakunya. Pertahanan yang demikian merupakan satu bentuk stimulus yang direspon dan diulangi subjek yang digunakan sebagai bentuk pertahanan diri dalam memelihara perilaku. Perilaku meminta di tunggu di depan kelas ketika belajar akan cenderung berulang dan dipertahankan, karena subjek berfikir dengan menangis dan menarik diri untuk mogok sekolah subjek mendapat penguat, ia akan mendapatkan apa yang diinginkannya atau mencapai tujuannya.

Teknik pertama yang dilakukan adalah bagaimana mengubah pola pikir subjek yang pada awalnya berfikir untuk mendapatkan sesuatu yang diinginkan subjek menunjukkan perilaku lekat di sekolah, diubah menjadi untuk mendapatkan sesuatu yang diinginkan atau disenangi subjek harus menunjukkan perilaku mandiri tanpa kehadiran figur lekat di sekolah, dengan cara memberikan penguat ketika subjek menunjukkan perilaku mau ditinggal dan tidak menangis tanpa ibu di sisinya. Penguat yang diberikan berupa stiker sebagai bentuk tokennya. Tujuan dari token ini adalah agar anak termotivasi mengumpulkan stiker dalam jumlah tertentu dan dapat ditukarkan dengan hadiah yang diinginkan.

Hasil penelitian terhadap subjek penelitian membuktikan bahwa penggunaan token ekonomi dapat menurunkan perilaku lekat di sekolah pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah pada orangtua. Keberhasilan penerapan token ekonomi yang telah dicapai dalam penelitian ini mendukung beberapa penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa token ekonomi efektif untuk mengatasi masalah perilaku, diantaranya perilaku hiperaktivitas, perilaku agresif, perilaku mengganggu dan perilaku social yang tidak sesuai.

Hasil penemuan ini sejalan dengan pendapat Eisen dan Schaefer (2005) tentang penerapan terapi perilaku dengan token ekonomi cocok digunakan pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah. Alasannya hasil perilaku dapat dikontrol

melalui konsekuensi-konsekuensi yang diberikan karena adanya target pengurangan kecemasan. Apabila hasil target tertentu mendapatkan *reward*, maka akan memperoleh manfaat dengan berulangnya perilaku tersebut. Jika perilaku tidak mendapat *reward* maka perilaku tidak akan muncul lagi. Hal ini tampak pada grafik perilaku menengok pada figur lekat untuk memastikan keberadaannya, perilaku menanyakan materi/tugas kepada figur lekatnya dibanding gurunya, perilaku memilih mendekat figur lekat ketika istirahat dibanding bermain bersama teman dan perilaku menunggu di depan kelas saat *reward* diberikan pada intervensi, maka frekuensi kemunculan perilaku menurun. Sebaliknya, saat *reward* tidak diberikan di fase *baseline* maka frekuensi perilaku lekat meningkat.

Uraian di atas menjelaskan tentang manfaat serta keberhasilan penerapan program token ekonomi yang telah dilaksanakan dalam penelitian ini, akan tetapi penelitian ini juga mempunyai kelemahan yang tidak bisa dipungkiri. Kelemahan dalam penelitian ini adalah; 1). Prosedur pemberian token (stiker) sebagai penguat positif yang bermacam sehingga terlalu rumit untuk dikonfersikan pada hadiah yang diinginkan 2). Keterbatasan waktu yang digunakan dalam proses peyapihan pengukuh dalam penerapan pembentukan perilaku baru, sebab dalam waktu satu minggu yang digunakan sangat sulit untuk melihat efek perubahan sebuah terapi 3). Pada proses penelitian ini perlu adanya pendampingan khusus kepada orangtua secara optimal karena orangtua yang pencemas merupakan pemicu kecemasan yang terjadi pada subjek penelitian sehingga subjek mengadaptasi kecemasannya dengan menjadikannya sebagai figur kelekatan.

Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan penerapan token ekonomi dapat menurunkan perilaku lekat di sekolah pada anak yang mengalami gangguan kecemasan berpisah, ada perbedaan perilaku lekat di sekolah antara sebelum dan sesudah diberikan program token ekonomi pada subjek penelitian. Dari hasil observasi dan wawancara, subjek telah mampu mandiri untuk mampu diantar dan dijemput ibunya ketika sekolah tanpa harus ditunggu kembali diakhir perlakuan. Selain itu, hasil penelitian juga menemukan bahwa kondisi psikologis orangtua terutama ibu sebagai figur lekatnya sangat mempengaruhi keberhasilan suatu terapi.

Daftar Pustaka

- American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Text revision (4th edition). Washington DC.
- Barlow, D.H. & Hersen, M., & Pergamon, W. (1984). *Single case experimental designs: strategies for studying behavior change*. (2nd Ed) General Psychology Series. New Yowk USA: Pergamon Press.
- Carr. A. (2001). *Abnormal psychology*. New York: Francis: Psychology Press Taylor & Francis Group.
- Chorpita, B. F. (2001). Control and the development of negative emotion. In M. W. Vasey & M. R. Dadds (Eds.), *The developmental psychopathology of anxiety*. New York: Oxford University Press.
- Corey, G. (1997). *Teori dan praktek konseling dan psikoterapi*. Penerjemah: Koeswara. Bandung: Refika Adifama.
- Connolly, S., Cynthia, L.P., & David, A.S. (2006). *Anxiety disorders*. New York: Chelsea House An imprint of Infobase Publishing.
- Dagun, M. (2002). *Psikologi keluarga (peranan ayah dalam keluarga)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Doobay, F. (2008). School refusal associated with separation anxiety disorder: a cognitive-behavioral approach to treatment. *Journal of Psychology in the school*, 45(4), 132-144.
- Durkin, K., (1995), *Developmental social psychology*. Massachussets: Blackwell Publisher Inc.
- Ecke, V.Y., Chope, C.R., & Emmelkamp, M.P. (2006). Bowbly and Bowen: Attachment theory and family therapy. *Counseling and clinical psychology journal*. Volume: 3 (2). Retrieved from www.psychologicalpublishing.com.
- Eisen, R.A., & Schaefer E.C. (2005). *Separation anxiety in children and adolescents an individualized approach to assessment and treatment*. New York: The Guilford Press.
- Field, C.E., Nash, H. M., Handwerl, M. L., & Firman, P.C. (2004). A modification of the token economy for nonresponsive youth in family-style residential care. *Behavior Modification*, 28, 438-457.

- Flood, W.A., & Wilder, D.A. (2004). The use of defferential reinforcement and fading to increase time away from a caregiver in a child with separation anxiety disorder. *Journal of Education & Treatment of Children*, Vol. 27. No 1.
- Gosschalk, P.O. (2004). Behavioral treatment of acute onset school refusal in a 5-year old girl with separation anxiety disorder. *Journal of Education & Treatment of Children*, 150(11), 223-234.
- Higim, J.W, William R.L, & McLaughlin T.F. (2001). The effects of a token economy employing instructional consequenses for a third-grade student with learning disability. *Journal of Education and Treatment of Children*. 24(1), 432-447.
- Hudson, J. L., & Rapee, R. M. (2001). Parent-child interactions and anxiety disorders: An observational study. *Behavior Research and Therapy*, 3(3), 143-158.
- Kearney, A.C. (2001). *School refusal behavior a function approach to assesment and treatment*. Washington, DC: Prentice Hall, Inc.
- Kearney, A.C., Sims, E.K., Pursel, R.C., Tillotson, A.C. (2003). Separation anxiety disorder in young children: A longitudinal and family analysis. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32 (4), 593-598.
- Le Fanu, J. (2006). *Deteksi dini masalah-masalah psikologi anak*. Yogyakarta: Think.
- McLaughlin, T.F., & Williams, R. L. (1998). The Token Economy In J.C. Witt, S.N. Elliot & F.M. Gresham (eds), *Handbook of Behavior Therapy in Education*. New York : Pleum.
- Mofrad, S., & Herbert, M. (2009). Maternal psychological distress and separation anxiety disorder in children. *European Journal of Social Sciences*, 8(3), 223-237.
- Mofrad, S., & O'Reily, N. (2010). Attachment patterns and separation anxiety symptom. *Journal Asian Social Science*, 6(11), 323-340.
- Monks, P.J., Knoers, A.M.P., & Harditono, S.R. (2002). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nichols, B., & Schwartz, P. (1998). *Family therapy concepts and methods*. (Fourth edition). USA: Allyn and Bacon.

- Ningsih, I. G. (2008). Token ekonomi untuk menurunkan perilaku agresif pada anak usia prasekolah. *Tesis* (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Obegi, H.J., & Berant, E. (2009). *Attachment theory and research in clinical work with adults*. New York: The Guilford Press.
- Rapee, R. M. (1997). Potential role of childrearing practices in the development of anxiety and depression. *Clinical Psychology Review*, 8(3), 243-255.
- Suprihatin, T. (2009). Token ekonomi untuk meningkatkan perilaku memperhatikan pada siswa sd yang mengalami gejala gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (GPPH). *Tesis* (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Program Magister Profesi Psikologi UGM.
- Swoboda, C.M., Kratochwill, T.R., & Levin, J.R. (2010). *Conservative dual-criterion method for single-case research: A guide for visual analysis of AB, ABAB, and multiple-baseline designs* (WCER Working Paper no. 2010-13). Retrieved from University of Wisconsin-Madison, Wisconsin center for Education Research website: <http://www.wcer.wisc.edu/publications/workingPapers/papers.php>
- Wood, J.J. (2007). Dependency on elementary school caregivers: the role of parental intrusiveness and children's separation anxiety. *Journal of Psychology in the schools*, Vol 44 (8). Published online in Wiley InterScience (www.interscience.wiley.com).
- Zlomke, K. (2003). Token economy plus self-monitoring to reduce destructive classroom behavior. *The Behavior Analyst Today*, 4(2), 23-37.

EFEKTIVITAS METODE MODIFIKASI PERILAKU "TOKEN ECONOMY" DALAM PROSES BELAJAR MENGAJAR DI KELAS (THE EFFECTIVENESS OF BEHAVIOR MODIFICATION METHOD OF "TOKEN ECONOMY" IN THE CLASSROOM LEARNING AND TEACHING PROCESS)

Herdina Indrijati
Universitas Airlangga

Penelitian ini bertujuan melihat apakah ada perbedaan efektivitas antara metode Token Economy dan Metode Konvensional terhadap munculnya perilaku: (1) menjawab dengan benar pertanyaan guru, (2) bertanya pada guru tentang materi pelajaran, (3) menanggapi pertanyaan atau jawaban guru maupun teman, dan (4) menjawab pertanyaan dari guru meskipun salah. Populasi penelitian adalah siswa kelas 2 SMP Negeri 5 Jember. Teknik pengambilan sampel adalah purposive sampling, Tipe penelitian ini adalah eksperimen. Data dianalisis dengan t-Test. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan efektivitas antara Metode Token Economy dan Metode Konvensional dalam memunculkan empat perilaku siswa yang diteliti. Disimpulkan bahwa penerapan Metode Token Economy meningkatkan kemunculan perilaku positif yang diharapkan.

Kata kunci: perilaku menjawab pertanyaan, modifikasi perilaku, manajemen kelas, metode *token economy*, metode konvensional.

This study aimed to see whether there are differences in effectiveness between token economy method and conventional method in bringing out the following behaviors: (1) giving correct answers to the teacher's questions; (2) asking questions related to the subject matter to the teacher; (3) responding to the teacher's and class mates' questions or answers; and (4) giving answers to the teacher's questions regardless of their correctness. The research population were the eighth graders of SMP Negeri 5 in Jember. The sample was selected through purposive sampling. The study was experimental. The data were analyzed with t-test. The results showed differences in effectiveness between token economy method and conventional method in bringing out the four pupil behaviors under study. It was concluded that the application of the token economy method increases the occurrence of desirable positive behaviors.

Key words: question answering behavior, behavior modification, classroom management, token economy method, conventional method.

Mendiskusikan wacana pendidikan, sejak dahulu hingga saat ini selalu dijumpai beberapa kesenjangan persepsi dan harapan antara guru dan muridnya. Guru acapkali mempunyai pandangan dan harapan bahwa murid-muridnya seharusnya dapat berperilaku dengan baik dan dapat berprestasi lebih tinggi. Murid, di lain pihak membutuhkan dan mengharapkan perhatian dan dorongan dari gurunya agar termotivasi untuk belajar dan meraih prestasi yang optimal. Murid-murid seringkali menuntut gurunya agar dapat mengajar dengan baik dan menarik sehingga memudahkan murid untuk memahami pelajaran yang disampaikan. Sedangkan metode yang menarik diharapkan memotivasi murid untuk memahami pelajaran dengan lebih baik lagi. Oleh karena itu, penting sekali

bagi seorang guru untuk dapat menangani perilaku murid-muridnya dengan baik agar dapat terjadi transfer pengetahuan yang efektif.

Salah satu upaya yang bisa dilakukan adalah menerapkan metode manajemen kelas atau pendekatan modifikasi perilaku. Supaya terjadi transfer pengetahuan dan proses belajar mengajar yang baik perlu diciptakan suatu iklim belajar mengajar yang sehat dan dinamis antara pendidik dan siswanya. Dimana kondisi atau iklim tersebut dapat terwujud apabila kedua belah pihak yaitu murid dan guru dapat terlibat secara aktif di dalamnya. Apabila kondisi ini bisa dicapai, maka tidak mustahil proses belajar mengajar berjalan dengan lancar. Situasi kelas seperti ini dapat terwujud, salah satunya dengan

menerapkan manajemen kelas yang tepat. Pada prinsipnya, mengajar yang efektif dan belajar yang sukses berkaitan erat dengan pengorganisasian dan manajemen kelas (Elliot et. al, 2000).

Selama ini dikelas-kelas terutama dengan “budaya” pendidikan di Indonesia hanya menggunakan manajemen kelas yang relatif konvensional dan kurang menarik perhatian siswa-siswanya. Proses transfer pelajaran hanya berjalan satu arah (*teacher oriented*) dan tidak menyenangkan sehingga siswa kurang berpartisipasi dalam kegiatan belajar mengajar yang diselenggarakan

Beberapa ahli telah menunjukkan tentang pentingnya manajemen kelas dan modifikasi perilaku. Evertson & Smylie (dalam Glover, 1990) melaporkan bahwa faktor utama dalam mengarahkan perilaku siswa adalah kegiatan-kegiatan menarik yang dilakukan oleh guru yang dapat mendorong siswanya berpartisipasi dalam aktivitas di kelas. Guru mengikutsertakan siswa dalam kegiatan belajar yang mudah dimengerti dan menarik perhatian. Hal ini berarti, supaya kelas menjadi “hidup” namun teratur diperlukan suatu cara atau teknik yang menarik perhatian murid, sehingga siswa bisa belajar lebih lama dan melakukan kegiatan yang berguna dan produktif. Jika hal tersebut dilaksanakan dengan benar, maka kehidupan kelas akan menjadi menyenangkan sebagai arena belajar sehingga transfer pengetahuan dapat berjalan dengan lancar.

Penelitian ini berusaha mencari jawab atas pertanyaan berikut: “Apakah ada Perbedaan Efektivitas antara Metode *Token Economy* dengan Metode Konvensional terhadap munculnya perilaku menjawab dengan benar pertanyaan dari guru, bertanya pada guru tentang materi pelajaran, menanggapi pertanyaan atau jawaban guru maupun teman, menjawab pertanyaan dari guru meskipun salah?”

Modifikasi Perilaku

Menurut Soekadji (1983) modifikasi perilaku merupakan suatu pendekatan untuk melakukan pengukuran, evaluasi dan perubahan perilaku. Pendekatan ini difokuskan untuk mengembangkan perilaku adaptif terhadap sosial dan mengurangi perilaku maladaptive dalam kehidupan sehari-hari.

Secara umum modifikasi perilaku diartikan sebagai segala tindakan yang bertujuan untuk mengubah perilaku. Sedangkan para *behaviorist* (dalam Soekadji, 1983) memiliki definisi sendiri mengenai modifikasi perilaku yaitu sebagai penggunaan secara sistematis teknik kondisioning pada manusia untuk menghasilkan perubahan frekuensi perilaku sosial tertentu atau tindakan untuk mengontrol lingkungan perilaku tersebut.

Manajemen Kelas

Menurut Glover (1990) manajemen kelas (*classroom management*) adalah suatu pendekatan tingkah laku untuk mengarahkan perilaku siswa di dalam kelas. Artinya, mengatur kelas adalah menciptakan rutinitas kegiatan belajar supaya berjalan lancar dan membantu mencegah munculnya masalah disiplin yang tidak perlu ada (Elliot et. al, 2000).

Metode *Token Economy*

Metode *Token Economy* dikembangkan oleh Ayllon dan Azrin pada tahun 1968 (Glover, 1990). Konsepnya adalah sebuah pemberian *reinforcement* yang langsung terhadap perilaku yang sesuai dengan yang telah ditentukan dalam aturan-aturan kelas. Pada metode ini *token* diberikan berdasarkan kualitas perilaku siswa. Token ini berbentuk angka (point), tanda check atau gambar orang tersenyum. Sebaliknya bila siswa melakukan kesalahan maka ia akan kena denda, tokennya diambil sesuai dengan tingkat pelanggaran. Ada batas maksimal siswa dapat kena denda, bila ia melewati batas tersebut maka ia terpaksa dihukum lebih berat (misalnya keluar dari kelas pada akhir periode). Pada akhir periode tertentu yang sudah disepakati, token yang sudah diperoleh siswa dapat ditukar dengan *reinforcement* yang sebenarnya yang bentuknya bervariasi dan sifatnya menarik bagi siswa.

Menurut Soekadji (1983) pengertian *Token Economy* adalah pemberian token (tanda, isyarat, kepingan) sesegera mungkin setiap kali setelah perilaku yang diinginkan muncul. Token ini nantinya bisa ditukar dengan benda/aktivitas yang diinginkan oleh subyek. Token ekonomi adalah program dimana kelompok dari individu mendapat token atas perilaku yang diinginkan dan

token tersebut dapat ditukar dengan *backup reinforcers* (Martin et.al., 2003).

Tahap-tahap dalam Memberikan *Token Economy*

Menurut Martin et.al.(2003), dalam pelaksanaan metode modifikasi perilaku *Token Economy* ada tahap-tahap yang harus dilakukan, yaitu:

1. Menentukan *target behavior*. Kelompok yang lebih homogen akan lebih mudah untuk distandarisi dalam peraturan yang berhubungan dengan respon spesifik yang akan diperkuat oleh sejumlah token tertentu daripada kelompok yang heterogen.
2. Menetapkan garis dasar (*baseline*). *Baseline data* pada perilaku target seharusnya ditetapkan sebelum memulai *token economy*. Setelah program selesai, membandingkan data dengan *baseline data* akan membantu kita dalam menentukan efektif-tidaknya program ini.
3. Menyeleksi *backup reinforcers*. Untuk menentukan penguat, dibutuhkan sikap yang hati-hati untuk menghindari masalah etis serius yang dapat timbul. Jangan pernah merencanakan sebuah program yang mungkin mengandung deprivasi individu atas sesuatu yang secara legal dan moral adalah milik mereka.
4. Menyeleksi jenis token yang digunakan. Umumnya, token bersifat atraktif, ringan, mudah dipindahkan, tahan lama, mudah ditangani, dan tentu saja tidak mudah dipalsukan. Harus juga dipastikan bahwa token yang dimiliki jumlahnya cukup memadai.
5. Mengidentifikasi bantuan yang dapat tersedia. Bantuan dari individu lain mungkin tidak terlalu penting dalam ekonomi token kecil, misal dalam ruang. Dalam token ekonomi besar, misal dalam fasilitas psikiatri, beberapa bantuan adalah penting adanya.
6. Memilih lokasi. Tidak ada tempat khusus yang diperlukan untuk token ekonomi. Beberapa lokasi lebih baik daripada yang lain, bagaimanapun, juga tergantung pada tipe dari token ekonomi yang telah dipertimbangkan. Bangku yang mampu dipindah umumnya diperuntukan untuk peralatan alat tulis yang jumlahnya lebih

dari satu karena mereka memungkinkan siswa untuk bekerja dengan lebih mudah dalam kelompok yang kecil.

Menurut Soekadji (1983), menerapkan program *token economy* secara efektif perlu beberapa pertimbangan yaitu :

1. *Hindari penundaan*. Keunggulan dari program ini adalah jika pemberian pengukuhan dilakukan seketika setelah perilaku sasaran muncul. Meskipun pengukuh yang sebenarnya diberikan kemudian, namun subyek telah memegang token yang akan menandai/ mewakili sehingga subyek akan merasa tenang. Jika token tidak diberikan seketika maka subyek akan lupa untuk berusaha mendapatkan token tersebut.
2. *Token diberikan secara konsisten*. Setiap kali perilaku yang disetujui dilaksanakan maka secara konsisten diberikan imbalan token.
3. *Memperhitungkan kuantitas*. Pelaksanaan *token economy* haruslah direncanakan dengan baik dan matang agar banyaknya token yang akan diterima cukup untuk ditukar dengan pengukuh yang sebenarnya. Token yang terlalu banyak atau dihargai terlalu tinggi akan menimbulkan kejenuhan dan tidak ada usaha lagi dari subyek untuk mengumpulkan token, sebaliknya jika dihargai terlalu rendah maka program akan berjalan terlalu lama dan subyek akan enggan untuk berusaha.
4. *Persyaratan perilaku yang akan diberi token harus jelas*. Aturan yang dibuat haruslah jelas dan mudah untuk diikuti. Subyek yang akan dikenai teknik ini harus diajak diskusi tentang aturan untuk mendapatkan token. Peringatan dengan simbol atau suatu pengumuman yang ditempelkan di kelas perlu diberikan agar subyek selalu ingat bahwa dia mengikuti program tersebut. Kejelasan memegang peranan sangat penting dalam program ini karena kesukaran program harus disesuaikan dengan pemahaman subyek.
5. *Pilihlah pengukuh yang macam dan kualitasnya memadai*. Pemilihan pengukuh idaman perlu dicocokkan dengan situasi dan kondisi subyek. Misalnya apakah

pengukuh idamannya tersebut berwujud benda ataukah berwujud aktivitas. Selain itu pengukuh idaman haruslah memperhatikan masalah etika dan persetujuan masyarakat.

6. *Kelancaran pengadaan pengukuh yang sebenarnya.* Dalam pelaksanaan metode ini haruslah dipikirkan pengadaan pengukuh yang sebenarnya. Tanpa pengukuh yang berharga maka program ini tidak akan berjalan dengan baik. Agar kelancaran pengadaan pengukuh tetap terjaga maka perlu dipertimbangkan untuk meminta sumbangan kepada orang tua, sekolah, dermawan, dll.
7. *Pasangkanlah pemberian token dengan pengukuh sosial positif.* Pemberian token hendaknya diberikan bersama dengan pengukuh sosial misalnya pemberian senyuman, pujian, dll. Kadangkala sebelumnya pengelola kurang memberi penghargaan sosial kepada subyek. Jika tindakan/penghargaan sosial positif telah efektif sebagai pengukuh maka token tidak perlu diterapkan. Oleh karena itu untuk mendukung pemberian pengukuh sosial positif maka perlu melatih pengelola untuk memberi penghargaan sosial positif kepada subyek.
8. *Perlu persetujuan berbagai pihak.* Pelaksanaan metode *Token Economy* yang merepotkan bahkan terkadang mengganggu acara yang sesungguhnya maka perlu mendapat izin orang tua, guru, pimpinan dan orang lain yang bersinggungan langsung dengan pelaksanaan program ini. Misalnya saja subyek terlalu mencurahkan perhatian pada program sehingga tidak sempat melakukan kegiatan lain.
9. *Kerjasama dengan subyek.* Program ini sulit berhasil kalau tidak ada kerjasama dengan subyek. Semakin jelas aturan main, makin setuju subyek pada program maka akan semakin lancar pelaksanaannya dan efektif hasilnya.
10. *Pelaksana harus latihan.* Jika pelaksanaan diberikan kepada orang lain maka pelaksana di lapangan harus berlatih terlebih dahulu agar dicapai visi dan misi yang sama dengan pengelola.
11. *Pencatatan dengan cermat.* Frekuensi perilaku yang muncul harus dicatat dengan

cermat untuk ketepatan pemberian token dan pengukuh idamannya serta pertanggungjawaban program ini apakah berhasil atau tidak.

12. *Mencari bantuan orang lain jika diperlukan.* Karena rumitnya program ini terkadang pelaksana perlu bantuan orang lain dalam pelaksanaannya terutama dalam mengamati perilaku sasaran dan memberikan tokennya, misalnya guru kelas, volunteer ataupun anggota dari program itu sendiri (subyeknya).

Selain itu ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam pelaksanaan metode *token economy* yaitu (<http://www.usu.edu/teachall/text/behavior/LRBIpdfs/Token.pdf>):

1. *Memilih token.* Kegiatan ini dimulai dengan memilih tipe token yang akan digunakan, apakah berbentuk uang-uangan, plastik, metal, print card, stiker, paper klip, dll.
2. *Memilih reinforcers.* Dalam pelaksanaan metode ini, siswa secara periodik akan menukarkan token yang diadaptanya dengan *reinforcers*, sehingga *reward* yang disediakan haruslah bisa memotivasi siswa untuk menampilkan perilaku yang ingin dibentuk/dipelajari. Ada banyak *reinforcers* yang tidak mahal dan waktu pelaksanaannya hanya membutuhkan waktu singkat misalnya bebas menggunakan komputer, dll.
3. *Menetapkan token values.* Memutuskan token yang akan diberikan pada perilaku yang dimunculkan. Jumlah token yang berbeda akan diberikan sesuai dengan level perilaku yang dimunculkan.
Misal:

Mengacungkan tangan diberi	1 token
Datang tepat waktu diberi	1 token
Negosiasi mendapat	2 token
Memberi kritik mendapat	3 token
4. *Menetapkan harga Reinforcers.* Menjelaskan harga tiap-tiap *back up reinforcers*. Mulailah dengan harga termurah untuk perilaku yang paling sedikit.
Misal :

5 menit istirahat ditukar dengan	20 token
Boleh menghabiskan waktu dengan teman ditukar dengan	30 token

 Penenerapan harga yang tepat sangatlah penting. Jika harga terlalu murah, siswa-

siswa dengan cepat bisa mengumpulkan *reinforcers* maka mereka akan kehilangan motivasi untuk menampilkan perilaku tersebut lebih lama. Demikian juga sebaliknya.

5. *Membentuk Bank*. Bank ini diperlukan untuk memberikan dan menyimpan token. "Bank Kelas" terdiri dari daftar nama siswa dimana guru bisa menulis dan menghapus total token yang diperoleh siswa. Dengan demikian siswa akan mendapatkan umpan balik mengenai perilaku mereka jika dibandingkan dengan anggota kelas yang lainnya. Diharapkan siswa berkompetisi dan termotivasi untuk menampilkan perilaku yang ingin dimunculkan.
6. *Mengatur Waktu Penukaran*. Tentukan kapan waktu penukaran backup *reinforcers*, mungkin harian atau mingguan, dll.

Ada dua keuntungan menggunakan *token reinforcers* antara lain (Martin et.al., 2003):

1. Dapat diberikan dengan segera, setelah perilaku yang diinginkan muncul dan juga dapat ditukarkan dengan *backup reinforcers* di waktu berikutnya.
2. Token lebih mudah dijadikan penguat yang konsisten dan efektif ketika diberlakukan dalam kelompok.

Serangkaian hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ada perbedaan efektivitas antara penerapan metode modifikasi perilaku *token economy* dengan metode konvensional terhadap munculnya perilaku menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru dengan benar
2. Ada perbedaan efektivitas antara penerapan metode modifikasi perilaku *token economy* dengan metode konvensional terhadap munculnya perilaku menjawab pertanyaan dari guru meskipun salah
3. Ada perbedaan efektivitas antara penerapan metode modifikasi perilaku *token economy* dengan metode konvensional terhadap munculnya perilaku bertanya pada guru tentang materi pelajaran
4. Ada perbedaan efektivitas antara penerapan metode modifikasi perilaku

token economy dengan metode konvensional terhadap munculnya perilaku menanggapi pertanyaan atau jawaban guru maupun teman

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan efektivitas antara metode *token economy* dengan metode konvensional atau yang selama ini diterapkan terhadap munculnya perilaku yang diinginkan yaitu menjawab dengan benar pertanyaan dari guru, bertanya pada guru tentang materi pelajaran, menanggapi pertanyaan atau jawaban guru maupun teman, menjawab pertanyaan dari guru meskipun salah .

Manfaat penelitian ini adalah memberikan sumbangan pemikiran bagi guru, sekolah bahkan dunia pendidikan mengenai metode modifikasi perilaku yang bisa digunakan untuk manajemen kelas agar lebih efektif dan partisipatif, tidak hanya terpaku pada manajemen kelas yang konvensional, sehingga diharapkan proses belajar mengajar menjadi lebih lancar dan menarik.

Metode

Variabel Penelitian

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah metode modifikasi perilaku yang diterapkan dalam manajemen kelas, yaitu *Token Economy* dan Metode Konvensional.

Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah Perilaku menjawab dengan benar pertanyaan dari guru, bertanya pada guru tentang materi pelajaran, menanggapi pertanyaan atau jawaban guru maupun teman, menjawab pertanyaan dari guru meskipun salah .

Definisi Operasional

Metode *token economy* adalah metode modifikasi perilaku yang administrasinya dilakukan secara individual. Dimana di dalam kelas siswa bersaing untuk mendapatkan angka (*token*) tertinggi dari perilaku yang mereka perbuat sesuai dengan peraturan yang telah disepakati kelas. Nilai individu akan bertambah tergantung dari perilaku yang ditunjukkan. Masing-masing individu berkompetisi untuk mengumpulkan token paling banyak dengan cara meningkatkan munculnya perilaku yang positif. Pada akhir

Tabel 1. Token yang Diperoleh Siswa Saat Memunculkan Perilaku

No.	Jenis Perilaku Yang Dimunculkan	Jumlah Token
1	Menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru dengan benar	1
2	Bertanya pada guru tentang materi pelajaran	1
3	Menanggapi pertanyaan atau jawaban guru maupun teman	1
4	Menjawab pertanyaan dari guru meskipun salah	1

periode, nilai masing-masing individu di jumlahkan dan bagi individu yang memperoleh poin tertinggi dapat menukarkan tokennya dengan hadiah yang sebenarnya (*backup reinforcers*) yang menarik bagi siswa.

Manajemen kelas konvensional adalah manajemen kelas yang selama ini diterapkan di kelas.

Subyek Penelitian

Populasi penelitian ini adalah siswa kelas 2 SMP Negeri 5 Jember. Teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling*, dipilih dua kelas yang menunjukkan beberapa perilaku pasif ataupun bermasalah. Dari lima kelas yang dimiliki oleh kelas 2, maka diambil dua kelas yaitu kelas 2C dan 2D yang memiliki ciri hampir sama yaitu siswa-siswanya kurang aktif di kelas. Dari hasil undian, kelas 2D menjadi kelompok eksperimen sedangkan kelas 2C menjadi kelompok kontrol.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan melalui eksperimen. Penilaian terhadap perilaku yang muncul saat diterapkan kedua metode modifikasi perilaku yang diterapkan dalam manajemen kelas tersebut didasarkan pada token yang diberikan kepada para siswanya. Adapun jumlah token yang akan diperoleh siswa setiap memunculkan perilakunya dapat dilihat

pada **Tabel 1**.

Sedangkan untuk proses analisis data secara statistik maka token yang diberikan tersebut diberikan skor atau pembobotan, dapat dilihat pada **Tabel 2**.

Prosedur Eksperimen

Langkah awal yang penting dipersiapkan dalam penelitian ini adalah memberi petunjuk dan sekaligus melatih guru (yang telah ditunjuk) mengenai metode modifikasi perilaku *token economy* dan aturan permainan dari eksperimen yang akan dilakukan. Selanjutnya peneliti bersama-sama dengan guru mengidentifikasi perilaku-perilaku siswa yang pasif (sebagai *baseline*) yang seharusnya muncul (dikehendaki). Akhirnya diperoleh empat perilaku seperti yang sudah diuraikan sebelumnya. Setelah itu barulah dibuat aturan yang akan diberikan pada siswa-siswa dan membuat token yang berbentuk kupon.

Untuk kelas eksperimen, pada pertemuan pertama guru membuat kontrak atau perjanjian dengan siswa-siswanya.

Kemudian siswa diberi penjelasan mengenai perilaku-perilaku yang diharapkan kemunculannya. Setiap perilaku yang dimunculkan akan diberikan nilai seperti yang diuraikan di atas. Siswa-siswa diinformasikan bahwa setiap perilakunya sangat menentukan nilai akhir dirinya sehingga mereka diharapkan bersaing atau berkompetisi untuk

Tabel 2. Pembobotan/Pemberian Nilai terhadap Token

No.	Jenis Perilaku Yang Muncul	Jumlah Token	Skor/Bobot
1	Menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru dengan benar	1	2
2	Bertanya pada guru tentang materi pelajaran	1	2
3	Menanggapi pertanyaan atau jawaban guru maupun teman	1	2
4	Menjawab pertanyaan dari guru meskipun salah	1	1

Tabel 3. t-Test untuk Perilaku Menjawab Pertanyaan yang Diberikan oleh Guru dengan Benar

Independent Samples Test									
	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
JWBBENAR	4,353	0,040	2,334	82	0,022	1,43	0,612	0,211	2,646
			2,334	69,174	0,022	1,43	0,612	0,208	2,649

Tabel 4. t-Test untuk Perilaku Menjawab Pertanyaan dari Guru Meskipun Salah

Independent Samples Test									
	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
JWBSALAH	9,440	0,003	4,093	82	0,000	1,12	0,273	0,575	1,663
			4,093	62,264	0,000	1,12	0,273	0,573	1,665

memunculkan perilaku positif.

Pada akhir periode yang telah ditentukan (dilaksanakan selama 2 minggu yang terdiri dari 6 kali tatap muka atau 10 jam pelajaran), nilai yang telah diperoleh tiap-tiap siswa tersebut akan dijumlahkan. Bagi siswa yang mendapatkan poin tertinggi pertama boleh menukarkan tokennya dengan tas sekolah dengan harga termahal, siswa yang mengumpulkan point tertinggi kedua boleh menukarkan tokennya dengan tas sekolah dengan harga yang lebih murah sedangkan siswa yang mengumpulkan point tertinggi ketiga boleh menukarkan tokennya dengan tas sekolah yang harganya paling murah.

Untuk kelompok kontrol, proses belajar mengajar berlangsung sebagaimana biasanya yang diterapkan oleh guru selama ini. Tanpa sepengetahuan siswa-siswanya, perilaku-perilaku positif siswa yang muncul selama proses pengajaran tersebut, dicatat (diwujudkan dalam token juga) oleh guru. Kupon (token) juga disediakan untuk kelas kontrol namun pengadministrasiannya hanya dilakukan oleh guru bidang studi yang bersangkutan. Perilaku yang diharapkan kemunculannya sama dengan kelompok eksperimen. Pada akhir periode skor yang diperoleh oleh siswa-siswa dijumlahkan, berapapun skor yang mereka dapatkan tidak memperoleh hadiah apapun.

Dalam pelaksanaannya, materi pelajaran yang diberikan sama dan guru yang mengajarpun orang yang sama. Selama proses eksperimen berlangsung, peneliti tidak terlibat langsung dalam penerapan metode, hal ini bertujuan untuk memunculkan perilaku yang alamiah dari subyek penelitian.

Metode Analisis Data

Penelitian ini merupakan studi perbedaan sehingga untuk melihat perbedaannya tersebut signifikan atau tidak, maka digunakan teknik T-Test dengan menggunakan SPSS.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Untuk keperluan uji statistik maka frekuensi yang telah diperoleh tersebut diberikan pembobotan/pemberian nilai terhadap token, baik pada kelompok eksperimen maupun

kelompok kontrol. Berdasarkan pembobotan yang diberikan terhadap tiap-tiap frekuensi munculnya perilaku tersebut maka selanjutnya dilakukan uji T test .

Berdasarkan analisis SPSS pada hipotesis pertama didapatkan hasil nilai t sebesar 2.334 dengan signifikansi 0.022 berarti hipotesis berbunyi ada perbedaan efektivitas antara penerapan metode modifikasi perilaku *token economy* dengan metode konvensional terhadap munculnya perilaku menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru dengan benar, diterima.

Berdasarkan analisis SPSS pada hipotesis kedua didapatkan hasil nilai t sebesar 4.093 dengan signifikansi 0.000 berarti hipotesis berbunyi ada perbedaan efektivitas antara penerapan metode modifikasi perilaku *token economy* dengan metode konvensional terhadap munculnya perilaku menjawab pertanyaan dari guru meskipun salah, diterima.

Berdasarkan analisis SPSS pada hipotesis ketiga didapatkan hasil nilai t sebesar 4.009 dengan signifikansi 0.000 berarti hipotesis berbunyi ada perbedaan efektivitas antara penerapan metode modifikasi perilaku *token economy* dengan metode konvensional terhadap munculnya perilaku bertanya pada guru tentang materi pelajaran, diterima.

Berdasarkan analisis SPSS pada hipotesis keempat didapatkan hasil nilai t sebesar 4.052 dengan signifikansi 0.000 berarti hipotesis berbunyi ada perbedaan efektivitas antara penerapan metode modifikasi perilaku *token economy* dengan metode konvensional terhadap munculnya perilaku menanggapi pertanyaan atau jawaban guru maupun teman, diterima.

Pembahasan

Untuk jenis perilaku menjawab pertanyaan guru dengan benar menunjukkan bahwa nilai yang diperoleh sangat signifikan. Ini menunjukkan bahwa ada perbedaan efektivitas antara metode *token economy* dengan metode konvensional terhadap munculnya perilaku siswa dalam menjawab dengan benar pertanyaan yang diberikan oleh guru. Tampaknya antusiasme siswa dalam merespon metode *token economy* cukup tinggi. Hal ini selaras dengan hasil observasi guru bidang studi bahasa inggris yang

Tabel 5. *t-Test untuk Perilaku Bertanya pada Guru tentang Materi Pelajaran*

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
TANYA	10,708	0,002	4,009	82	,000	1,67	0,416	0,840	2,494
			4,009	55,672	,000	1,67	0,416	0,834	2,500

Tabel 6. *t-Test untuk Perilaku Menanggapi Pertanyaan atau Jawaban Guru maupun Teman*

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
TANYA	15,885	0,000	4,052	82	0,000	2,10	0,517	1,067	3,124
			4,052	50,519	0,000	2,10	0,517	1,057	3,134

bertindak sebagai pelaksana metode *token economy* ini. Pelaksana menyatakan bahwa siswa-siswa selalu berebut untuk menjawab pertanyaan yang diajukan oleh guru. Bahkan jika pertanyaan yang diajukan mengharuskan para siswa untuk menuliskannya di papan tulis, murid-murid sampai berebut dan berlarian ke depan kelas hingga ada beberapa siswa yang terjatuh. Seperti yang dinyatakan oleh Soekadji (1983) bahwa metode *token economy* merupakan prosedur kombinasi untuk mengajar, meningkatkan, mengurangi atau juga memelihara perilaku, sehingga dengan diterapkannya metode *token economy* dalam pelajaran bahasa Inggris semakin meningkatkan frekuensi dan kemampuan siswa untuk menjawab pertanyaan dari guru dengan benar.

Adapun untuk jenis perilaku menjawab pertanyaan yang diajukan oleh guru meskipun salah, diperoleh nilai sangat signifikan. Ini menunjukkan bahwa ada perbedaan efektivitas antara metode *token economy* dengan metode konvensional terhadap munculnya perilaku siswa dalam menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru meskipun salah. Sehingga kita bisa menyatakan bahwa dengan diterapkannya metode *token economy* maka akan lebih banyak memunculkan perilaku siswa dalam menjawab pertanyaan guru meskipun salah jika dibandingkan dengan menggunakan metode konvensional. Mereka berani menjawab meskipun mereka tahu bahwa jawaban yang mereka berikan salah, karena mereka mengetahui bahwa jawaban salah yang mereka berikan akan mendapatkan penghargaan. Ini memiliki arti bahwa untuk kelompok eksperimen kemungkinan munculnya perilaku ini dikarenakan siswa memang berani dan aktif dalam menjawab pertanyaan guru meskipun mereka tahu jawabannya salah. Namun mereka juga mengetahui bahwa menjawab pertanyaan guru meskipun salah tetap mendapat nilai (token) setengah yang bisa menambah nilai mereka. Antusiasme siswa dalam merespon metode *token economy* cukup tinggi sebagaimana observasi yang dilakukan oleh pelaksana yang menyatakan bahwa siswa-siswa dari kelas eksperimen tidak lagi merasa takut jika memberikan jawaban yang salah. Kondisi ini sesuai dengan pernyataan

Glover (1990) bahwa jika sekolah mampu menyediakan lingkungan belajar atau situasi kelas yang *supportive* (mendukung) dimana kelas menjadi tempat dimana kebutuhan fisiologis, keamanan, perasaan memiliki dan kebutuhan harga diri bisa terpuaskan pada tingkat yang tinggi, terjadi interaksi yang baik antara siswa dengan guru maka kelas akan berlangsung dengan baik. Dengan pelaksanaan metode *token economy* ini tampaknya memunculkan perasaan memiliki dan harga diri pada diri siswa. Siswa tetap merasa dihargai meskipun mereka memberikan jawaban yang salah terhadap pertanyaan yang diajukan oleh guru. Perasaan dihargai yang tinggi ini membuat siswa tidak merasa ragu atau takut untuk terlibat aktif dan partisipatif dalam menjawab pertanyaan yang diajukan kendatipun jawaban yang mereka berikan kurang tepat.

Untuk jenis perilaku bertanya pada guru tentang materi pelajaran, diperoleh nilai sangat signifikan pula. Hal ini menunjukkan ada perbedaan efektivitas antara metode *token economy* dengan metode konvensional terhadap munculnya perilaku bertanya pada guru tentang materi pelajaran. Sehingga kita bisa menyatakan bahwa dengan diterapkannya metode *token economy* maka akan lebih banyak memunculkan perilaku siswa untuk bertanya kepada guru tentang materi pelajaran jika dibandingkan dengan menggunakan metode konvensional. Tampaknya antusiasme siswa dalam merespon metode *token economy* cukup tinggi karena mereka mengetahui bahwa perilaku bertanya mengenai materi pelajaran kepada guru akan mendapatkan token yang cukup tinggi (2). Hal ini sesuai dengan pendapat Glover (1990) yang menyatakan bahwa dalam prinsip manajemen kelas maka guru harus membantu murid mengembangkan dan mengatur tujuan mereka sendiri. Siswa yang berusaha mencapai tujuan-tujuan yang mereka tetapkan akan cenderung untuk terlibat di dalam kegiatan kelas (yang produktif). Selain itu guru perlu melibatkan murid dalam membuat keputusan dalam hal ini siswa juga perlu untuk turut merasakan bahwa mereka ikut mengatur apa yang mereka kerjakan. Pendidik yang baik memungkinkan siswa untuk mempunyai peran pula dalam menentukan sendiri pengalaman belajar

mereka. Dalam penerapan metode *token economy* maka prinsip-prinsip seperti diatas diterapkan dalam pelaksanaannya di kelas. Mereka harus aktif untuk bertanya tentang materi pelajaran, karena selama ini siswa-siswa cenderung merasa takut atau enggan untuk menanyakan lebih jauh tentang materi pelajaran yang dibahas. Dengan diterapkannya metode *token economy* maka siswa diharapkan cenderung untuk terlibat di dalam kegiatan kelas yang bersifat produktif.

Sedangkan untuk perilaku siswa dalam menanggapi pertanyaan atau jawaban guru maupun teman, nilai yang kita peroleh juga sangat signifikan. Ini menunjukkan bahwa ada perbedaan efektivitas antara penerapan metode *token economy* dengan metode konvensional terhadap munculnya perilaku menanggapi pertanyaan atau jawaban yang diberikan oleh guru maupun teman. Hal ini sesuai dengan pendapat Evertson dan Smylie (dalam Glover, 1990) yang menyatakan bahwa dengan diterapkannya kegiatan kelas yang menarik maka akan mendorong siswanya untuk berpartisipasi dalam aktivitas kelas. Dengan diterapkannya metode *token economy* ini tampaknya efektif untuk memunculkan perilaku memberikan tanggapan terhadap pertanyaan/jawaban guru atau teman karena selama ini perilaku tersebut tidak jamak untuk dilakukan. Biasanya siswa menerima saja jawaban yang diberikan oleh guru atau teman. Dengan diberikan peraturan bahwa menanggapi jawaban guru/teman akan mendapatkan token tinggi (2) maka diharapkan siswa berpartisipasi aktif dan mulai terbiasa untuk memberikan tanggapan/bersikap kritis terhadap jawaban yang disampaikan oleh guru maupun teman mereka.

Secara keseluruhan dari uraian di atas menunjukkan hasil bahwa keempat perilaku nilainya sangat signifikan. Hasil ini membuktikan pendapat dari Evertson dan Smylie (Glover, 1990) yang menyebutkan bahwa jika guru mengikutsertakan siswa dalam kegiatan belajar yang mudah dimengerti dan menarik perhatian maka siswa dapat belajar lebih lama dan produktif. Jika kelas diatur menggunakan cara yang menarik siswa dalam hal ini metode *token economy* maka di dalam kelas siswa-siswa

tampak menunjukkan perilaku yang positif yang cukup tinggi. Dengan kondisi kelas seperti ini diharapkan siswa dapat belajar lebih lama dan bisa lebih produktif dalam hasil belajarnya.

Simpulan Dan Saran

Simpulan

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan efektivitas antara Metode *token economy* dengan metode konvensional terhadap munculnya perilaku yang diinginkan yaitu menjawab dengan benar pertanyaan dari guru, bertanya pada guru tentang materi pelajaran, menanggapi pertanyaan atau jawaban guru maupun teman, menjawab pertanyaan dari guru meskipun salah. Masing-masing dari keempat perilaku yang diukur menunjukkan hasil yang signifikan, meannya menunjukkan perbedaan yang cukup besar untuk keempat perilaku tersebut. Sehingga dengan diterapkannya metode *token economy* meningkatkan kemunculan perilaku positif yang diharapkan.

Saran

Untuk para guru, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa metode *token economy* efektif maka sebaiknya para guru mulai mencoba menerapkannya di dalam kelas dan mulai meninggalkan secara bertahap metode konvensional yang selama ini masih diterapkan atau paling tidak mengkombinasikan metode konvensional dengan metode *token economy* terutama bagi guru-guru yang menghadapi kelas-kelas yang pasif dan siswanya menunjukkan perilaku kurang adaptif.

Untuk peneliti lain, metode ini perlu diujicobakan untuk kelompok umur yang lebih tinggi. Juga disarankan untuk menambah waktu pengamatan/observasi, jumlah sampel maupun jumlah perilaku (baseline) yang diamati sehingga didapatkan data yang lebih banyak dan kompleks

Daftar Pustaka

Elliot, Stephen N., Kratochwill, Thomas R., Cook, Joan Littlefield., & Travers, John F. (2000). *Educational psychology: Effective teaching, effective learning*. USA:

- McGraw-Hill.
- Glover, John A. & Brubing, Roger H. (1990). *Educational psychology: Principles and applications*. USA: Harper Collins.
- Hadi, Sutrisno (1998). *Statistik 2*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Handadari, Woelan dkk. (2005). *Bahan ajar modifikasi perilaku*. Makalah tidak diterbitkan. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- LRBI Checklist: Token Economy* (2006). Diunduh dari <http://www.usu.edu/teachall/text/behavior/LRBIpdfs/Token.pdf>
- Kazdin, Allan E. (1994). *Behavior modification in applied setting*. California: Brooks/Cole.
- Martin, Garry & Pear, Joseph (2003). *Behavior modification: What it is and how to do it* (7th ed.). New Jersey: Prentice Hall.
- Soekadji, Soetarlinah (1983). *Modifikasi perilaku: Penerapan sehari-hari dan penerapan profesional*. Yogyakarta: Liberty.

HUBUNGAN KONTROL MAKANAN, MODEL PERAN DAN KETERLIBATAN ANAK DENGAN SULIT MAKAN PADA ANAK

Putri Widita Muharyani

Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sriwijaya

E-mail: putrigogo@yahoo.com

Abstrak

Tujuan: Anak membutuhkan nutrisi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Keinginan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak seringkali membuat keluarga melakukan tindakan yang tidak tepat yang mengakibatkan anak mengalami sulit makan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kontrol makanan, model peran, keterlibatan anak dengan sulit makan.

Metode: Desain deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional* digunakan dalam penelitian ini. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 190 responden yang diambil dengan teknik *propotional random sampling*. Uji statistik yang digunakan yaitu *Chi Square*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna kontrol makanan, model peran, keterlibatan anak dengan $p\text{ value} < 0,05$ terhadap sulit makan anak.

Simpulan: Keluarga merupakan pihak yang paling bertanggung jawab dalam memenuhi kebutuhan nutrisi anak melalui aktivitas pemberian makan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait kebutuhan keluarga sebagai sistem pendukung utama bagi anak sehingga perawat komunitas dapat mendesain strategi intervensi pemberdayaan keluarga yang tepat guna mencegah sulit makan pada anak. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menganalisa faktor predisposisi seperti nilai, norma, budaya dan karakteristik keluarga berhubungan dengan sulit makan pada anak.

Kata Kunci: keterlibatan anak, kontrol makanan, model peran, sulit makan

Abstract

Aims: Children need nutrients for growth and development. The desire to fulfill the nutritional needs of children often make families improper actions that resulted in children have trouble eating. The purpose of this study was to determine the relationship of diet control, role models, the involvement of children in eating rejection.

Method: This study applied a cross sectional design. Samples of 190 children were taken using purposive sampling technique. The data were analyzed using Chi Square test.

Results: There were significant relationships among food control, role models and the involvement of children in eating rejection ($p\text{ value} < 0,05$).

Conclusion: Family is the most responsible in fulfilling nutritional needs of children through feeding activity. Results of this study are expected to provide information related to the needs of the family as the primary support system for the child so that the community health nurses can design family empowerment intervention strategies appropriate to prevent eating rejection in children. Future studies are expected to analyze the

predisposing factors such as values, norms, culture and family characteristics related to eating rejection in children.

Key Words: *involvement of children, food control, role models, eating rejection*

PENDAHULUAN

Gizi masih menjadi permasalahan dunia yang belum teratasi hingga saat ini. Hampir seluruh kelompok umur mengalami masalah pemenuhan gizi. Usia bayi dan balita menjadi fokus perhatian karena pada periode ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang menentukan kualitas kehidupan selanjutnya. Pada usia ini, lebih dari separuh kematian disebabkan oleh masalah gizi¹. Data WHO menggambarkan 35% anak meninggal akibat kekurangan gizi.²

Salah satu faktor yang menyebabkan gizi kurang adalah sulit makan. Sulit makan adalah masalah yang sering dijumpai pada balita³. Sulit makan adalah suatu kondisi yang ditandai dengan memainkan makanan, tidak tertarik pada makanan dan bahkan penolakan terhadap makanan.⁴

Keluarga harus mampu memahami tugas perkembangannya.⁵ Salah satu tugas perkembangan keluarga dengan anak usia dibawah lima tahun adalah melakukan stimulasi pertumbuhan dan perkembangan anak.⁶ Usaha keluarga dalam optimalisasi pertumbuhan anak dapat dilihat dari pemberian makan pada anak. Jika keluarga mampu melaksanakan tugas tersebut, maka kebutuhan nutrisi anak akan terpenuhi dengan baik. Musher-Eizenman dan Holub mengungkapkan bahwa pemberian makan dapat dilihat diantaranya dari kontrol makanan anak (*controlling*), pemberian contoh dalam konsumsi makanan (*modelling*), keterlibatan anak dalam persiapan dan memilih makanan yang akan dikonsumsi (*involvement*).⁷ Namun

beberapa penelitian menyampaikan bahwa pemberian makan yang dilakukan keluarga dapat mengakibatkan kesulitan makan pada anak.⁸

Keinginan orang tua untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anaknya seringkali melatarbelakangi pemberian makan yang kurang tepat. Bentuk pemberian makan yang kurang tepat yang sering dilakukan orang tua antara lain dengan menjanjikan hadiah (*reward*) berupa makanan kesukaannya jika anak menunjukkan perilaku yang baik⁷. Tindakan lainnya yaitu memberikan makanan tertentu untuk meredakan emosi anak⁹. Kontrol yang kurang terhadap makanan yang dikonsumsi anak serta tidak memberikan contoh pada anak dalam konsumsi makanan sehat dapat mengakibatkan perilaku makan yang tidak baik bagi anak.⁴

Masalah sulit makan yang tidak segera diatasi dapat mengakibatkan keterlambatan dalam pertumbuhan dan perkembangan akibat kekurangan nutrisi dan gangguan perilaku pada anak¹⁰. Selain itu, masalah sulit makan yang berlangsung lama akan menyebabkan penurunan produktifitas kerja keluarga.¹¹

Focus Group Discussion (FGD) untuk mengidentifikasi isu terkait sulit makan pada anak telah dilakukan melalui 18 orang ibu di tiga PAUD di Kota Palembang, salah satunya di Kelurahan Kuto Batu. Anak menolak makan nasi sebesar 16,7%, menolak makan sayur 22,2%, menolak makan lauk sebesar 5,5%, menepis suapan sebesar 27,8%, memuntahkan makanan 11,1% dan menghabiskan makanan dalam waktu lama sebesar 16,7%. Jika anak

tidak mau makan makanan yang disiapkan maka ibu akan memaksa anak sebesar 33,3%, memberikan makanan kesukaannya sebesar 22,2%, menjanjikan hadiah sebesar 16,7%, membujuk anak sebesar 11,1%, memakan makanan tersebut dihadapan anak sebesar 11,1%, mendiamkan sampai anak meminta makan sebesar 5,6%.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: bagaimana hubungan kontrol makanan, model peran, keterlibatan anak dengan kejadian sulit makan pada anak di Kelurahan Kuto Batu Palembang.

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional* yaitu suatu desain penelitian yang meneliti suatu kejadian pada satu waktu. Penelitian dilaksanakan selama 3 bulan yaitu dari bulan Februari sampai dengan April 2012 di Kelurahan Kuto Batu Kota Palembang. Populasi dalam penelitian ini adalah keluarga yang memiliki balita yang tinggal di Kelurahan Kuto Batu berjumlah 908 orang. Sedangkan sampel dalam penelitian ini berjumlah 190 responden. Sampel adalah ibu yang memiliki balita yang tinggal di Kelurahan Kuto Batu yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu keluarga yang memiliki anak usia 1-5 tahun, pengasuh utama balita adalah ibu, keluarga bersedia menjadi responden dan mampu membaca dan menulis. Sedangkan kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah keluarga yang memiliki balita yang mengalami gangguan kesehatan meliputi gangguan pencernaan yaitu *gastroesofagial reflux* dan *palatoschizis*; infeksi kronis yaitu infeksi saluran kencing, *tuberculosi* (TBC), *HIV/AIDS*; gangguan perkembangan dan perilaku yaitu autisme dan ADHD; kelainan neurologi

(gangguan otak); alergi dan BBLR.

Variabel independen meliputi kontrol makanan, model peran dan keterlibatan anak. Sedangkan variabel dependen adalah sulit makan. Kuesioner yang akan digunakan dalam penelitian ini terdiri dari kuesioner A dan B. Kuesioner A merupakan instrumen baku *Comprehensive Feeding Practices Questionnaire* (CFPQ) yang diperkenalkan oleh Eizenman dan Holub (2007) yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Kuesioner B mengenai kejadian sulit makan pada anak. Pernyataan sulit makan menggunakan skala Guttman dengan pilihan jawaban ya dan tidak.

Pengolahan data dilaksanakan setelah data terkumpul sesuai dengan jumlah sampel penelitian. Seluruh data yang telah dikumpulkan kemudian dilakukan pengolahan data dan dianalisis secara statistik dengan menggunakan analisis statistik univariat dan bivariat yaitu dengan menggunakan uji statistik kai kuadrat (*Chi Square*). Pada penelitian ini, peneliti menetapkan α sebesar 5% dengan tingkat kepercayaan 95% dan presisi 5%.

HASIL PENELITIAN

Hasil analisa univariat diketahui bahwa anak mengalami sulit makan yaitu sebanyak 58,4%. Lebih dari separuh responden melakukan kontrol makanan dengan baik sebanyak 51,1% dan mayoritas responden menunjukkan model peran yang baik pada anaknya sebanyak 60,5%. Lebih dari separuh responden melibatkan anak dalam penyiapan makanan sebanyak 53,2%.

Analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji chi square didapatkan bahwa ada hubungan antara kontrol makanan dengan kejadian sulit makan, ada hubungan antara model peran dengan kejadian sulit makan dan ada hubungan antara keterlibatan anak dengan

kejadian sulit makan.

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Kejadian Sulit Makan Pada Balita di Kelurahan Kuto Batu Kota Palembang

Sulit Makan	Jumlah	%
Ya	111	58,4
Tidak	79	41,6
Total	190	100

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Kontrol Makanan Dalam Keluarga di Kelurahan Kuto Batu Kota Palembang

Kontrol Makanan	Jumlah	%
Tidak ada	93	48,9
Ada	97	51,1
Total	190	100

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Model Peran Dalam Keluarga di Kelurahan Kuto Batu Kota Palembang

Model Peran	Jumlah	%
Tidak baik	75	39,5
Baik	115	60,5
Total	190	100

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Keterlibatan Anak Dalam Keluarga Di Kelurahan Kuto Batu Kota Palembang

Keterlibatan Anak	Jumlah	%
Tidak dilibatkan	89	46,8
Dilibatkan	101	53,2
Total	190	100

Tabel 5
Hubungan Kontrol Makanan Dengan Kejadian Sulit Makan Pada Balita
di Kelurahan Kuto Batu Kota Palembang

Kontrol Makanan	Sulit Makan				Total		OR (95% CI)	P Value
	Ya		Tidak					
	n	%	n	%	n	%		
Tidak ada	62	66,7	31	33,3	93	100	1,959 (1,090 ; 3,523)	0,024
Ada	49	50,5	48	49,5	97	100		
Total	111	58.4	79	41.6	190	100		

Tabel 6
Hubungan Model Peran dengan Kejadian Sulit Makan Pada Balita
di Kelurahan Kuto Batu Kota Palembang

Model Peran	Sulit Makan				Total		OR (95% CI)	P Value
	Ya		Tidak					
	n	%	n	%	n	%		
Tidak baik	60	80	15	20	75	100	5.020 (2,556 ; 9,858)	0,001
Baik	51	44,3	64	55,7	115	100		
Total	111	58.4	79	41.6	190	100		

Tabel 7
Hubungan Keterlibatan Anak dengan Kejadian Sulit Makan Pada Balita
di Kelurahan Kuto Batu Kota Palembang

Keterlibatan Anak	Sulit Makan				Total		OR (95% CI)	P Value
	Ya		Tidak					
	n	%	n	%	n	%		
Tidak dilibatkan	65	73	24	27	89	100	3,238 (1,759 ; 5,962)	0.001
Dilibatkan	46	45,5	55	54,5	101	100		
Total	111	58.4	79	41,6	190	100		

PEMBAHASAN

Kejadian Sulit Makan pada Balita

Hasil analisis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh balita di kelurahan Kuto Batu mengalami sulit makan

(58,4%). Hasil penelitian ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Wright, Parkinson, Shipton dan Drewett yang mengungkapkan bahwa sulit makan adalah masalah yang sering dijumpai pada balita.³ Angka kejadian sulit makan di Kelurahan Kuto Batu Kota Palembang lebih tinggi dari laporan yang

disampaikan oleh *Centre for Community Child Health* tahun 2006 yang menyatakan bahwa masalah sulit makan dialami 25% anak.¹²

Menurut Judarwanto, sulit makan dapat ditandai dengan perilaku memuntahkan makanan yang ada di mulut, makan dalam waktu lama (bertele-tele), tidak mau memasukkan makanan ke dalam mulut, membuang makanan dan menepis suapan.¹³ Analisis lebih lanjut dari penelitian ini menggambarkan mayoritas balita di Kelurahan Kuto Batu menunjukkan perilaku menepis makanan, menggelengkan kepala, mengatakan “tidak mau”, tidak tertarik mencoba makanan baru dan hanya menyukai makanan tertentu saja ketika diberikan makanan.

Perilaku yang ditunjukkan oleh anak dapat disebabkan oleh berbagai faktor antara lain karena adanya gangguan fisik¹³. Selain karena gangguan fisik yang sulit diubah, analisa peneliti terhadap masih tingginya kejadian sulit makan pada balita di Kelurahan Kuto Batu dikarenakan lebih dari separuh balita (63,2%) berusia 1-3 tahun, dimana karakteristik balita pada usia ini ditandai dengan kesenangan untuk mengatakan tidak pada segala sesuatu yang ditawarkan padanya. Hal ini didukung oleh teori yang dikemukakan oleh Potter dan Perry yang mengemukakan bahwa pada usia balita, egosentris sangat menonjol sehingga anak berusaha menunjukkan keakuan-nya dikarenakan perasaan otonomi berkembang pada usia ini.¹⁴ Perasaan otonomi yang berkembang mengakibatkan anak sudah mulai dapat menentukan hal yang disukai dan tidak disukainya. Hasil penelitian yang dilakukan di New Zealand turut mendukung pernyataan tersebut, penelitian oleh Beautrais, Fergusson dan Shannon dalam Wright, Parkinson, Shipton dan Drewett mengemukakan bahwa 24% anak usia 2 tahun mengalami masalah sulit makan.³

Penyebab lain dimungkinkan karena masih

minimnya pengetahuan orangtua terkait cara pemenuhan kebutuhan nutrisi pada anak. Notoatmojo menyatakan bahwa pengetahuan merupakan dominan yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang.¹⁵ Pemberian makan yang dilakukan dalam keluarga jika tidak didasari oleh pengetahuan yang baik, maka akan menghasilkan tindakan yang kurang tepat. Program pemerintah yang hanya terfokus pada penyediaan makanan pada kaum marginal rendah dan tidak dibarengi dengan perhatian terhadap pentingnya melakukan praktik pemberian makan yang tepat guna mencegah sulit makan merupakan penyebab kurangnya penyebaran informasi terkait pemberian makan yang tepat pada balita. Dampaknya kader posyandu, keluarga serta masyarakat pada umumnya tidak memiliki pengetahuan yang baik yang dapat dijadikan sebagai landasan dalam melakukan praktik pemberian makan yang tepat pada balita. Hal tersebut diperkuat dengan pernyataan kader posyandu dan ibu balita di Kelurahan Kuto batu yang mengungkapkan bahwa penyuluhan kesehatan terkait cara pemberian makan yang tepat pada balita dan masalah sulit makan pada anak belum pernah dilaksanakan.

Kurangnya informasi dan program terkait pemberian makan yang tepat mengakibatkan banyak orangtua yang melakukan pemberian makan yang kurang tepat. Hasil penelitian oleh Powell, Farrow dan Meyer mengungkapkan 25-50 % orangtua melakukan pemberian makan yang kurang tepat bagi anaknya.¹⁶ Praktik pemberian makan yang kurang tepat dapat menimbulkan pengalaman yang kurang menyenangkan pada anak saat aktivitas makan, sehingga anak akan merasa tersiksa ketika orangtua memberikannya makan dan berujung pada penolakan terhadap makanan. Hal ini didukung oleh Horn, Galloway, Webb dan Gagnon yang menyampaikan bahwa pemberian makan dalam keluarga dapat mengakibatkan sulit makan pada anak.⁸

Orangtua sebaiknya dapat membuat aktivitas makan menjadi aktivitas yang menyenangkan. Banyak hal yang dapat dilakukan agar anak menikmati makanannya. Memasak makanan sehat bersama, membuat makanan menjadi bentuk menarik, mengajak anak berbelanja bahan makanan sehat merupakan kegiatan yang dapat dilakukan orangtua bersama anak. Pengalaman tersebut akan membuat anak belajar menyukai makanan sehat.

Hubungan Kontrol Makanan dengan Kejadian Sulit Makan pada Balita

Hasil analisis univariat diketahui lebih dari separuh keluarga melakukan kontrol makanan dengan baik pada anaknya (51,1%), namun masih banyak orangtua yang melakukan kontrol makanan yang tidak tepat. Kontrol makanan merupakan tindakan yang dilakukan orangtua terhadap makanan yang dikonsumsi oleh anak. Anak balita belum mengerti terkait makanan yang dibutuhkan bagi pertumbuhannya. Oleh karenanya kontrol makanan merupakan hal yang sangat penting dalam pengaturan makanan yang dikonsumsi anak. Kebutuhan nutrisi anak akan terpenuhi sesuai dengan kebutuhannya, jika keluarga dapat menerapkan kontrol makanan dengan baik.

Keluarga melakukan kontrol terhadap makanan yang dikonsumsi oleh anak dari jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi. Keinginan keluarga khususnya orangtua untuk selalu memberikan yang terbaik bagi anaknya, seringkali mengakibatkan kekeliruan dalam melakukan kontrol makanan. Tindakan pemaksaan dan pemberian hadiah jika anak menghabiskan makanannya merupakan bentuk kontrol makanan yang tidak tepat diterapkan pada anak.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 41,1% keluarga melakukan tekanan pada anak untuk makan (*pressure*). Tekanan untuk makan

(*pressure to eat*) merupakan tindakan mendorong anak untuk makan.¹⁷ Bentuk tekanan pada anak dapat berupa memberikan hadiah/ *reward* pada anak jika anak berperilaku baik atau jika menghabiskan makanannya. Menurut Cameron, Banko dan Peirce, *reward* merupakan hal yang disukai anak, namun pemberian *reward* yang tidak tepat dapat menimbulkan kebiasaan makan yang buruk pada anak.¹⁸ Penggunaan makanan manis sebagai hadiah atas perilaku baik yang ditunjukkan anak akan meningkatkan kesukaan anak terhadap makanan tersebut.¹⁹

Bentuk lain dari tekanan yang seringkali dilakukan orangtua adalah dengan membentak, berkata kasar, memaksa anak untuk makan makanan yang disediakan. Tekanan yang dilakukan orangtua agar anak mau makan atau menghabiskan makanannya akan mengganggu psikologis anak²⁰. Anak akan merasa bahwa aktivitas makan merupakan aktivitas yang tidak menyenangkan sehingga anak akan kehilangan nafsu makan yang akan berdampak pada pertumbuhannya.

Namun, tidak semua *reward* dapat menimbulkan dampak negatif pada perilaku anak. Lowe, et. al. menyampaikan bahwa *reward* dapat memberikan efek positif bagi perubahan perilaku termasuk perilaku dalam mengkonsumsi makanan. Menurut Lowe, et. al., terjadi peningkatan konsumsi sayur dan buah pada anak setelah diberikan penghargaan (*reward*).²¹

Bentuk *reward* yang tepat yang dapat dilakukan pada anak dengan memberikan pujian, pelukan, ciuman pada anak jika anak menunjukkan perilaku baik, misalnya jika anak mengkonsumsi makanan sehat. Bentuk *reward* seperti tersebut diatas akan mempengaruhi kondisi psikologis anak. Anak akan merasa bahwa makan merupakan aktivitas yang menyenangkan. Menurut Judarwanto, orangtua yang selalu menunjukkan kasih sayangnya

dengan memberikan pujian, ketika anak mengkonsumsi makanan sehat akan membuat anak berada dalam kondisi yang nyaman dan berimbas pada perkembangan perilaku makan yang baik pada anak.¹³

Pembatasan makanan juga merupakan bentuk kontrol makanan yang tidak baik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 37,9% keluarga melakukan tindakan pembatasan makanan (*restriction*) yang tidak tepat pada anak. Menurut Corsini, Wilson, Kettler dan Danthiir, pembatasan makanan (*restriction*) merupakan kontrol terlalu tinggi terhadap apa dan berapa banyak makanan yang anak makan²². Pembatasan makanan yang dilakukan orangtua seringkali tidak tepat, walaupun sebenarnya orangtua memiliki tujuan yang baik. Menurut Kurniasih, Hilmansyah, Astuti dan Imam, orangtua berusaha membatasi makanan cepat saji bagi anak.²³ Namun, Savage, Fisher dan Birch mengungkapkan bahwa tindakan pembatasan terhadap konsumsi makanan tertentu akan semakin meningkatkan minat anak terhadap makanan tersebut.¹⁹ Hal ini dapat disebabkan anak memiliki keinginan yang besar dalam mengeksplorasi seluruh benda yang ada di lingkungannya. Anak akan mencoba menyentuh dan memasukkan segala benda ke dalam mulutnya. Anak yang mendapat larangan terlalu keras dari orangtua akan semakin penasaran terhadap benda tersebut.

Hasil analisa statistik dalam penelitian ini menunjukkan proporsi keluarga yang tidak melakukan kontrol (66,7%) lebih banyak memiliki anak yang mengalami sulit makan dibandingkan keluarga yang melakukan kontrol makanan. Hal ini didukung dengan hasil analisis bivariat yang menunjukkan adanya hubungan bermakna antara kontrol makanan dengan kejadian sulit makan pada balita ($p \text{ value} < 0,05$). Resiko keluarga yang tidak melakukan kontrol makanan untuk memiliki anak yang mengalami sulit makan

sebesar 1,959 kali dibandingkan dengan keluarga yang melakukan kontrol makanan dengan baik (OR: 1,959; 95%CI: 1,090 ; 3,523). Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Lowe et. al. yang menyebutkan pemberian *reward* pada anak jika mau mengkonsumsi makanan yang diinginkan orangtua akan menurunkan minat anak terhadap makanan tersebut.²¹ Penelitian lain menyatakan bahwa kebiasaan orangtua dalam memaksa anak untuk mengkonsumsi sayur akan membuat anak semakin tidak menyukai sayuran.^{19,24}

Kesulitan dalam pemberian makan yang dialami orangtua dapat diakibatkan tindakan pemaksaan oleh orangtua pada anak untuk menghabiskan makanannya.²⁰ Greenspan dalam Waugh, Markham, Kreipe dan Walsh, mengungkapkan bahwa orangtua seringkali tidak memperhatikan tanda lapar dan kenyang yang ditampilkan anak, sehingga waktu pemberian makan dan porsi makanan ditentukan berdasarkan perkiraan keluarga.²⁵ Dengan demikian, anak tidak belajar mengenal rasa lapar dan kenyang. Padahal pada kenyataannya, balita memiliki kemampuan untuk mengkomunikasikan keinginannya termasuk dalam aktivitas makan. Oleh karena itu, seharusnya orangtua berusaha untuk mengenali tanda lapar dan kenyang pada anak. Kesimpulan dari analisis temuan penelitian ini, keluarga khususnya orangtua hendaknya dapat melakukan kontrol makanan yang baik bagi anaknya. Penerapan kontrol makanan yang tepat dapat membentuk perilaku makan yang baik pada anak sehingga kebutuhan nutrisi yang diperlukan anak dalam masa pertumbuhan dapat terpenuhi.

Hubungan Model Peran dengan Kejadian Sulit Makan pada Balita

Hasil analisis univariat diketahui bahwa mayoritas responden menunjukkan model peran yang baik pada anaknya sebanyak

60,5%. Model peran merupakan suatu perilaku pemberian contoh sehingga orang yang melihat akan mengikuti perilaku tersebut¹². Orangtua selalu menginginkan yang terbaik bagi anaknya, karena itu orangtua selalu berusaha untuk melakukan segala hal agar anaknya memiliki perilaku yang baik. Usia balita merupakan *golden period*, dimana anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Lingkungan keluarga sebagai lingkungan terdekat anak, memiliki peran penting dalam membentuk perilaku anak.

Anak yang merupakan peniru ulung akan dengan cepat menyerap dan mengikuti segala sesuatu yang dicontohkan oleh orang-orang disekitarnya. Hal ini didukung oleh Grodner, Long dan Walkingshaw yang menyatakan bahwa perilaku anak dipengaruhi oleh contoh perilaku orang dewasa di sekitarnya.²⁶ Oleh karenanya, peran orangtua untuk selalu memberikan contoh yang baik bagi anak sangat diperlukan dalam rangka membentuk perilaku anak, termasuk perilaku makan. Savage, Fisher dan Birch menyatakan bahwa sejak dini anak belajar mengenai apa, kapan dan berapa banyak makanan yang dikonsumsi melalui keluarga.¹⁹

Walaupun telah lebih dari separuh responden menunjukkan model peran yang baik pada anaknya, namun secara statistik diketahui, proporsi keluarga yang menunjukkan model peran yang tidak baik bagi anaknya memiliki anak sulit makan lebih besar (80%) dibandingkan dengan keluarga yang menunjukkan model peran yang baik. Hasil uji *chi square* menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara model peran dengan kejadian sulit makan pada balita (*p value* < 0,05). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang mengungkapkan bahwa *role model* orangtua dalam mengkonsumsi makanan merupakan faktor utama yang menentukan pola konsumsi F8anak terhadap makanan tersebut dimasa mendatang.²⁴

Analisis lanjut diketahui bahwa resiko keluarga yang menunjukkan model peran tidak baik untuk memiliki anak yang mengalami sulit makan sebesar 5,020 kali dibandingkan dengan keluarga yang melakukan model peran dengan baik (OR: 5,020; 95%CI: 2,556 ; 9,858). Orangtua yang tidak pernah mengkonsumsi makanan sehat dihadapan anak-anaknya adalah orangtua yang tidak mengajarkan anak untuk memiliki kebiasaan makan makanan sehat. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mascola, Bryson dan Agras bahwa anak meniru perilaku orangtua yang seringkali memilih-milih makanan berdasarkan selera (kesukaan)²⁷. Sebaliknya, jika orangtua mengkonsumsi banyak sayur dan buah dan menghindari konsumsi makanan tidak sehat dihadapan anak-anaknya maka akan mengurangi resiko anak dalam konsumsi makanan yang tidak sehat.²⁸

Keluarga khususnya orangtua merupakan pihak yang paling banyak menghabiskan waktu dengan anak-anaknya. Karakteristik balita yang belum memiliki kemampuan berpikir yang kompleks, membuat balita cenderung meniru seluruh perilaku orang-orang terdekatnya tanpa dapat mempertimbangkan bahwa perilaku tersebut dapat menimbulkan dampak negatif atau positif bagi dirinya. Orangtua selayaknya selalu berusaha mencontohkan perilaku sehat di hadapan anak-anaknya. Hal ini penting karena pembentukan perilaku sehat harus dimulai sejak dini agar dapat berkembang menjadi kebiasaan baik pada tahap perkembangan berikutnya.

Hubungan Keterlibatan Anak dengan Kejadian Sulit Makan pada Balita

Penyiapan dan pemilihan makanan merupakan tanggung jawab orangtua khususnya ibu dalam keluarga. Namun, anak seharusnya turut belajar untuk menyiapkan dan memilih makanan dengan melibatkannya⁵. Berdasarkan,

hasil analisis univariat diketahui bahwa lebih dari separuh keluarga telah melibatkan anak dalam penyiapan makanan (53,2%), namun masih banyak keluarga yang tidak melibatkan anak dalam penyiapan makanan. Adapun alasan orangtua di Kelurahan Kuto Batu Kota Palembang tidak melibatkan anak dalam penyiapan makanan adalah 79,5% berbahaya, 80,5% hanya akan memperlambat, 80% merepotkan. Alasan yang dikemukakan responden dapat dimengerti, namun tidak dapat dijadikan sebagai alasan untuk tidak melibatkan anak dalam penyiapan makanan. Pelibatan anak dalam penyiapan makanan bertujuan agar anak mampu memilih dan menentukan makanan sehat bagi dirinya.

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan bermakna antara keterlibatan anak dengan kejadian sulit makan pada balita ($p\text{ value} < 0,05$). Secara statistik dapat dianalisis bahwa keluarga yang tidak melibatkan anak dalam penyiapan makanan berpeluang 3,238 kali untuk memiliki anak yang mengalami sulit makan dibandingkan dengan keluarga yang melibatkan anak (OR: 3,238; 95%CI :1,759 ; 5,962). Anak yang tidak dilibatkan dalam penyiapan makanan tidak mendapatkan suatu gambaran jelas mengenai makanan dan aktivitas makan yang setiap hari dijalankannya. Sebaliknya, jika anak turut dilibatkan dalam penyiapan makanan akan membentuk pemikiran anak bahwa penyiapan makanan merupakan proses yang menyenangkan. Misalnya, anak dibiarkan menyiapkan peralatan makannya sendiri, mengajak anak membuat makanan dalam bentuk yang menarik dan sebagainya. Pemikiran tersebut akan membuat anak cenderung tertarik pada aktivitas makan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sutherland, Beavers, Kupper, Bernhardt, Heatherton dan Dalton yang mengungkapkan bahwa melibatkan anak dalam pemilihan makanan sehat ketika berbelanja di swalayan akan

membentuk kebiasaan anak untuk selalu memilih makanan sehat.²⁹

Menurut Friedman, Bowden dan Jones, penyiapan dan pemilihan makanan merupakan tanggung jawab ibu, namun secara perlahan anak harus mampu memilih dan menentukan makanan sehat bagi dirinya.⁵ Bentuk pelibatan anak dalam penyiapan makanan dapat berupa mengajak anak belanja bahan makanan yang akan dimasak, memasak bersama, mengajak anak memotong sayuran, membiarkan anak menyiapkan peralatan makannya sendiri dengan pengawasan, mengajak anak membuat makanan menjadi bentuk menarik serta masih banyak bentuk pelibatan anak yang lainnya. Namun, oleh karena perkembangan kognitif dan motorik pada usia balita yang belum matang mengakibatkan balita belum mampu mempersiapkan dan memilih makanan secara mandiri. Untuk itu, pengarahan dan pengawasan dari orangtua sangat diperlukan.

SIMPULAN

1. Lebih dari sebagian keluarga di Kelurahan Kuto Batu Kota Palembang telah melaksanakan kontrol makanan (51,1%), model peran (60,5%), keterlibatan anak (53,2%) dengan baik.
2. Ada hubungan yang bermakna antara kontrol makanan, model peran dan keterlibatan anak dengan sulit makan pada anak ($p\text{ value} < 0,05$).

REFERENSI

1. Azwar, A. (2004). Kecenderungan Masalah Gizi dan Tantangan di Masa Datang. <http://gizi.depkes.go.id/makalah/Makalah%20Dirjen-Sahid%202.PDF>. Diakses pada tanggal 20 Februari 2014.
2. WHO (2010). Underweight in Children. <http://www.who.int/gho>. Diakses pada

- tanggal 18 Februari 2014.
3. Wright, M., Parkinson, K. N., Shipton, D. & Drewett, R. F. (2007). How do toddler eating problems relate to their eating behaviour, food preferences and growth?. *Journal of The American Academy of Pediatrics*, 120, e1069.
4. Rigal, N., Chabanet, C., Issanchou, S. & Patris, S. M. (2012). Links between maternal feeding practices and children's eating difficulties. *Appetite*, 58, 629-637.
5. Friedman, M. M., Bowden, V. R., & Jones, E. G. (2003). *Family Nursing: Research Theory & Practice*. New Jersey: Person Education Inc.
6. Nies, M. A. & McEwen, M. (2001). *Community Health Nursing: Promoting The Health of Populations. Third Edition*. Philadelphia: Davis Company.
7. Musher-Eizenman, D. & Holub, S. (2007). Comprehensive feeding practices questionnaire: validation of a new measure parental feeding practices. *Journal of Pediatric Psychology*, 32, 960-972.
8. Horn, M. G., Galloway, A. T., Webb, R. M & Gagnon, S. G. (2011). The role of child temperament in parental child feeding practices and attitudes using a sibling design. *Appetite*, 57, 510-516.
9. Orrell-Valente, J. K., Hill, L. G., Brechwald, W. A., Dodge, K. A., Pettit, G. S. & Bates, J. E. (2007). Just three more bites. An observational analysis of parents socialization of children's eating at mealtime. *Appetite*, 34, 37-45.
10. Schmid, G., Schreier, A., Meyer, R. & Wolke, D. (2010). A prospective study on the persistence of infant crying, sleepun and feeding problems and preschool behaviour. *Acta Paediatrica*, 99, 286-290.
11. UNICEF (1990). Challenges for Children and Women in The 1990s. http://www.unicef.org/about/history/files/challenges_children_women_1990s.pdf Diakses pada tanggal 18 Februari 2014.
12. Centre for Community Child Health. (2006). *Eating Behaviour Problems: Practice Resource*. www.raisingchildren.net.au Diakses pada tanggal 18 Februari 2014.
13. Judarwanto, W. (2004). *Mengatasi Kesulitan Makan pada Anak*. Jakarta: Puspa Swara.
14. Potter, P. A. & Perry, A. G. (2003). *Fundamentals of Nursing: Concepts, Process and Practice*. St. Louis: Mosby Year Book Inc.
15. Notoatmojo, S. (2010). *Promosi Kesehatan, Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
16. Powell, F. C., Farrow, C. V. & Meyer, C. (2011). Food avoidance in children. The influence of maternal feeding practices and behaviours. *Appetite*, 57, 683-692.
17. Santos, et al. (2009). Maternal antropometry and feeding behaviour toward preschool children: association with childhood body mass index in an observational study of Chilean families. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 6:93.
18. Cameron, J., Banko, K. M. & Peirce, W. D. (2001). Pervasive negative effects of rewards on intrinsic motivation: the myth continues. *Behaviour Analyst*, 24, 1-44.
19. Savage, J.S., Fisher, J.O. & Birch, L. L. (2007). Parental Influence on Eating Behaviour: Conception to Adolescence. *Journal of Law, Medicine & Ethics*, 35, 22-34.
20. Adiningsih, S. (2010). *Waspada! Gizi Balita Anda: Tips Mengatasi Anak Sulit Makan, Sulit Makan Sayur dan Minum Susu*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
21. Lowe, et al. (2004). Increasing children's fruit and vegetable consumption: a peer modelling and rewards-based intervention. *European Journal of Clinical Nutrition*, 58, 1649-1660.
22. Corsini, N., Wilson, C., Kettler, L. & Danthiir, V. (2010). Development and preliminary validation of the toddler snack

- food feeding questionnaire. *Appetite*, 54, 570-578.
23. Kurniasih, D., Hilmansyah, H., Astuti, M. P. & Imam, S. (2010). Sehat dan Bugar Berkat Gizi Seimbang. Jakarta: PT Gramedia.
 24. Sirikulchayanonta, C., Iedsee, K. & Shuaytong, P. (2010). Using food experience, multimedia and role models for promoting fruit and vegetable consumption in Bangkok kindergarten children. *Dietitians Association of Australia*, 67, 97-101.
 25. Waugh, R. B., Markham, L., Kreipe, R. E. & Walsh, B. T. (2010) Feeding and eating disorders in childhood. *International Journal of Eating Disorders*, 43, 98-111.
 26. Grodner, M., Long, S. & Walkingshaw, B. C. (2007). *Foundations and Clinical Applications of Nutrition: A Nursing Approach. Fourth edition*. St.Louis Missouri: Mosby Inc.
 27. Mascola, A. J., Bryson, S. W. & Agras, W. S. (2010). Picky eating during childhood: a longitudinal study age to 11 years. *Eating Behaviours*, 11, 253-257.
 28. Kroller, K. & Warschburger, P. (2009). Maternal feeding strategies and child's food intake: considering weight and demographic influences using structural equation modeling. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 6:78.
 29. Sutherland, L.A., Beavers, D. P., Kupper, L.L., Bernhardt, A. M., Heatherton, T. & Dalton, M. A. (2008). Like parent, like child:child food and beverage choices during role playing. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 162, 1063-1069.

MEREDUKSI PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA MELALUI TEKNIK *TOKEN ECONOMY*

Mujiyati

Bimbingan dan Konseling, STKIP Muhammadiyah Pringsewu Lampung
email: muji_sof1@yahoo.com

Abstract

The research is motivated by the indiscipline of students in attendance in class, working and collecting duties. That is the behavior of student academic procrastination. Therefore, efforts were made to solve the problem, one of them using a technique token economy. The purpose of this study was to determine the effect of the use of techniques token economy in reducing students' academic procrastination. The research method using a quasi-experimental and data analysis techniques using the t test. The results showed that the use of techniques token economy proved to effectively reduce students' academic procrastination.

Keywords: *Academic Procrastination, Reinforcement, Token Economy*

1. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu faktor penting untuk mewujudkan terciptanya sumber daya manusia yang produktif sebagai pelaku pembangunan. Pendidikan merupakan suatu usaha untuk menumbuh kembangkan potensi sumber daya manusia yang bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa.

Perguruan tinggi adalah salah satu lembaga penyelenggara pendidikan yang di dalamnya terdapat mahasiswa sebagai peserta didik yang memiliki tugas dan tanggung jawab studi untuk mengembangkan sumberdaya manusia sesuai kebutuhan pembangunan di masyarakat. Untuk itu, perguruan tinggi menyediakan suatu kegiatan belajar mengajar yang komprehensif bagi mahasiswa, melalui kegiatan kolaboratif

antara dosen dan mahasiswa.

Dalam kegiatan belajar mengajar tersebut, diharapkan mahasiswa dapat melakukan kegiatan akademik yang baik untuk mendapatkan prestasi akademik yang maksimal.

Mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan dalam melaksanakan tugasnya sebagai mahasiswa yaitu belajar secara optimal sesuai tuntutan yang dihadapi. Untuk memenuhi tuntutan-tuntutan tersebut, maka mahasiswa harus dapat melakukan tugas-tugas belajarnya secara tepat.

Mahasiswa tersebut datang ke kelas tepat waktu, belajar sesuai jadwal dengan tidak membolos pada jam-jam kuliah yang sedang berlangsung, membuat ringkasan, tidak menunda-nunda untuk belajar atau mengerjakan tugas yang

diberikan, dan tepat waktu mengumpulkan tugas. Selain itu, mahasiswa juga menjadi pribadi yang produktif menghasilkan karya yang berguna untuk masyarakat.

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa mahasiswa belum melaksanakan kegiatan akademiknya secara maksimal. Mahasiswa tidak memanfaatkan waktu dengan baik dan cenderung mengulur-ulur waktu dengan melakukan kegiatan yang kurang bermanfaat.

Fenomena yang terjadi adalah banyak mahasiswa yang melakukan kegiatan di luar akademik yang menyenangkan dan menghibur diri di luar batas kewajaran. Fenomena tersebut ditunjukkan dengan kebiasaan mahasiswa yang mengemukakan alasan-alasan keenggannya tampil di depan untuk melaksanakan presentasi, mengulur-ulur waktu ketika mahasiswa diinstruksikan berkelompok untuk melakukan diskusi, dan mengulur-ulur waktu ketika siswa diinstruksikan untuk mengerjakan soal.

Sama halnya dengan mahasiswa di STKIP Muhammadiyah Pringsewu Lampung yang memiliki tugas dan tanggung jawab secara bebas untuk mengatur jadwal studinya sendiri. Dengan begitu, mereka dituntut untuk dapat mengatur waktu studinya sendiri dengan baik. Pengaturan jadwal studi yang baik

akan memudahkan mahasiswa dalam membagi waktu yang dimilikinya. Seperti contoh waktu untuk mengikuti perkuliahan, pergi bersama teman-teman, belajar, berkumpul bersama keluarga, mengerjakan tugas, dan lain-lain, karena sebagai mahasiswa tentu tugas yang diberikan oleh para dosen akan sangat banyak.

Setiap mata kuliah mempunyai tugas yang berbeda dan setiap dosen yang berbeda pada mata kuliah yang sama pun terkadang memberikan tugas yang berbeda pula. Waktu pengumpulan tugas yang ditentukan dosen pun terkadang saling berdekatan. Selain itu, mahasiswa juga harus belajar untuk menyiapkan diri dalam menghadapi ujian, baik itu ujian tengah semester maupun ujian akhir semester, dan juga kuis-kuis yang diberikan oleh dosen pada setiap mata kuliah.

Oleh karena itu, seorang mahasiswa harus pintar dalam membagi waktu yang dimilikinya dengan sebaik mungkin. Mahasiswa yang tidak dapat membagi waktunya dengan baik, pasti akan kesulitan dalam mengerjakan semua hal yang berhubungan dengan tugas-tugas akademik. Akibatnya, banyak tugas akademik yang ditunda oleh mahasiswa, baik itu dalam hal belajar, maupun dalam mengerjakan tugas. Perilaku menunda-

nunda pekerjaan ini sering disebut dengan istilah prokrastinasi akademik.

Menurut Ghufroon dan Risnawati (2010: 150), “prokrastinasi berasal dari bahasa latin *procrastination* dengan awalan “*pro*” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “*crastinus*” yang berarti keputusan hari esok. Jika digabungkan menjadi “menangguhkan” atau “menunda sampai hari berikutnya”. Sedangkan menurut Solomon dan Rothblum (dalam Husetiya, 2010), “mengemukakan bahwa prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, serta sering terlambat dalam perkuliahan”.

Dalam ruang lingkup akademis, prokrastinasi yang dilakukan disebut juga sebagai prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademis adalah salah satu perilaku yang sering muncul pada area akademis, dan berhubungan dengan masalah yang dihadapi oleh mahasiswa.

Solomon & Rothblum (dalam Husetiya, 2010) juga menyatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah penundaan terhadap tugas-tugas akademik termasuk menulis makalah, mempersiapkan ujian,

membaca untuk menyelesaikan tugas, melakukan administrasi terhadap tugas-tugas, kehadiran dalam kelas, dan menyelesaikan tugas akademik. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik cenderung menghindari tugas ketika mereka menemukan ketidak-senangan dalam mengerjakan tugas-tugas akademik.

Secara umum bentuk-bentuk prokrastinasi akademik menurut Akinsola, Tella & Tella (2007) adalah siswa menunggu sampai batas terakhir untuk mengerjakan makalah dan mempersiapkan ujian.

Dua faktor yang mempengaruhi prokrastinasi yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari individu yang turut membentuk perilaku prokrastinasi seperti faktor fisik dan psikologis. Contohnya tidak adanya motivasi dan kesadaran diri mahasiswa untuk segera menyelesaikan tugas kuliahnya, keyakinan bisa menyelesaikannya sesuai waktu yang ditetapkan meski dikerjakan mendesak.

Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar individu, misalnya kurang perhatian dan motivasi dari orang tua, tugas yang banyak (*overloaded tasks*) yang menuntut penyelesaian yang hampir bersamaan, bergaul dengan teman yang

kurang baik suka nongkrong maupun suka bermain *game*.

Dengan demikian, yang dimaksud dengan prokrastinasi akademik yaitu menunda-nunda pekerjaan di bidang akademik sehingga mahasiswa cemas mendapatkan nilai kurang baik (nilai C atau D), dan takut tidak lulus studi dengan tepat waktu.

Perilaku prokrastinasi akademik telah menggejala di kalangan mahasiswa. Berbagai macam fenomena prokrastinasi akademik di atas didukung oleh berbagai penelitian yang sudah dilakukan. William (dalam Burka & Yuen, 2008) memperkirakan bahwa 90% mahasiswa dari perguruan tinggi telah menjadi seorang prokrastinator, 25% adalah orang suka menunda nunda kronis dan mereka pada umumnya berakhir mundur dari perguruan tinggi.

Prokrastinasi akademik ditinjau dari tingkat ketepatan waktu kehadiran mahasiswa di kelas dengan alasan, antara lain: mahasiswa menganggap akan lebih kompak jika masuk ke kelas secara bersama-sama. Mahasiswa cenderung menunggu teman-temannya yang belum datang, sebelum mereka masuk ke kelas. Selain itu, ditemukan juga mahasiswa yang sebenarnya sudah datang dari pagi, akan tetapi mampir ke warung terlebih

dahulu untuk mengobrol dengan teman-temannya.

Prokrastinasi akademik juga ditinjau dari ketepatan waktu dalam mengerjakan tugas dan mengumpulkan tugas, terdapat sekitar 10-25% mahasiswa yang belum mengerjakan tugas akademiknya secara tepat waktu. Mahasiswa mengerjakan tugas rumahnya tidak di rumah, melainkan di kampus dengan terburu-buru. Mereka menunggu untuk mencontek pekerjaan temannya yang sudah selesai. Selain itu, ketika mahasiswa diberikan tugas oleh guru untuk dikerjakan di kelas, mereka tidak langsung mengerjakan, melainkan mengobrol dengan temannya terlebih dahulu. Hal ini akan berdampak pada nilai tugas akademik yang cenderung rendah karena terlambat dalam pengerjaan dan hasil pekerjaan yang kurang berkualitas.

Prokrastinasi akademik merupakan suatu masalah yang kompleks yang menimpa pada sebagian besar masyarakat secara luas maupun pada lingkungan akademis (Chu & Choi, 2005).

Seseorang yang mengalami masalah prokrastinasi akademik kronis cenderung mengembangkan beberapa alasan untuk menolak dirinya sendiri dan/orang lain bahwa seseorang tersebut mengalami prokrastinasi (Dryden, 2012). Selain itu, keengganan siswa dalam mengerjakan tugas akademik (Lucy & Anderson, 2002)

dan motivasi intrinsik dan ekstrinsik (Brownlow & Reasinger, 2000) juga memberikan pengaruh terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik besar pengaruhnya terhadap prestasi akademik mahasiswa. Beberapa penelitian telah membuktikan hal tersebut. Steel, Brothen, & Wambach (2000) menyatakan bahwa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik memiliki kecenderungan mendapat nilai rendah pada setiap mata kuliah dan nilai ujian akhir.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan di STKIP Muhammadiyah Pringsewu Lampung pada program studi Bimbingan dan Konseling, gejala prokrastinasi akademik ini telah berkembang di kalangan mahasiswa. Oleh karena itu, perlu adanya upaya atau strategi untuk mengatasi masalah tersebut. Salah satu strategi untuk mengatasi prokrastinasi akademik adalah dengan menggunakan penguatan (*reinforcement*).

Tujuan pemberian *reinforcement* ini adalah untuk memperkuat perilaku yang akan diubah. Dalam hal ini perilaku yang akan diubah adalah prokrastinasi akademik mahasiswa. Salah satu teknik dalam *reinforcement* adalah dengan menggunakan teknik *token economy*.

Teknik *token economy* adalah suatu cara untuk penguatan tingkah laku yang ditujukan kepada individu yang sesuai dengan target yang telah disepakati dengan menggunakan hadiah untuk penguatan yang simbolik (Hadi, 2005).

Pada teknik *token economy* ada elemen pokok atau prinsip-prinsip yang harus diperhatikan dalam penerapannya. Sebagaimana dikatakan oleh (Walker dalam Hadi, 2005: 177) prinsip-prinsip tersebut, antara lain:

- a. lingkungan dapat dikontrol;
- b. sasaran perilaku harus jelas;
- c. tujuan dapat diukur;
- d. bentuk atau jenis benda sebagai kepingan jelas;
- e. kepingan sebagai hadiah;
- f. sesuai dengan perilaku yang diinginkan atau diharapkan; dan
- g. mempunyai makna lebih sebagai penguat.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik menggunakan teknik *token economy* untuk mereduksi prokrastinasi akademik mahasiswa bimbingan dan konseling di STKIP Muhammadiyah Pringsewu Lampung.

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah kuasi eksperimen dengan desain penelitian *non-equivalent control group*

design, yaitu kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random (Sugiyono, 2010).

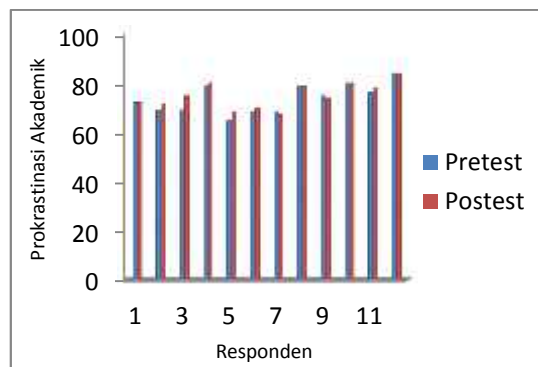
Metode eksperimen ini dilakukan dengan memberikan perlakuan berupa teknik *token economy* pada kelompok eksperimen dan perlakuan konvensional pada kelompok kontrol. Pada penelitian ini yang akan diubah adalah perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa.

Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa pada program studi bimbingan dan konseling STKIP Muhammadiyah Pringsewu Lampung. Sampel penelitian diambil dari mahasiswa yang terindikasi melakukan prokrastinasi akademik sebanyak 24 orang.

Teknik analisis data yang digunakan adalah uji t. Uji t adalah pengujian perbedaan rata-rata yang biasa dilakukan oleh peneliti yang bermaksud mengkaji efektivitas suatu perlakuan (*treatment*) dalam mengubah suatu perilaku dengan cara membandingkan antara keadaan sebelum dengan keadaan sesudah perlakuan itu diberikan (Furqon, 2009).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

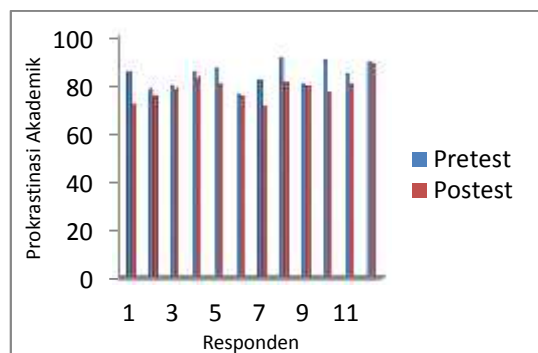
Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh data *pretest* dan *posttest* prokrastinasi akademik mahasiswa pada kelompok kontrol, dapat dilihat pada Grafik 1, berikut:



Grafik 1. *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Kontrol

Dari grafik tersebut dapat diketahui bahwa tidak ada perubahan yang berarti antara sebelum dan sesudah perlakuan diberikan pada kelompok kontrol.

Hal ini disebabkan karena pada kelompok kontrol, perlakuan yang diberikan kepada responden bukan berupa penguatan yang dapat mengubah perilaku target yaitu tentang perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa. Sedangkan pada kelompok eksperimen dapat dilihat pada Grafik 2, berikut ini:



Grafik 2. *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Eksperimen

Dari gambar tersebut dapat diketahui bahwa terdapat penurunan yang signifikan terkait perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa sebelum dan

sesudah perlakuan diberikan pada kelompok eksperimen.

Hal ini disebabkan karena dalam penerapan teknik *token economy* adanya kesepakatan antara dua belah pihak (pemberi penguatan dengan responden) untuk terfokus pada perilaku yang akan diubah yaitu tentang perilaku prokrastinasi akademik yang disertai dengan pemberian penguatan-penguatan secara intens kepada responden.

Pengujian efektivitas penggunaan teknik *token economy* dalam mereduksi prokrastinasi akademik mahasiswa dilakukan dengan teknik *t-test*.

Berdasarkan analisis data diperoleh hasil penelitian tentang uji efektivitas antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen, yang dapat dilihat pada Tabel 1, berikut:

Tabel 1. Uji Efektivitas antara Kelompok Eksperimen dengan Kelompok Kontrol

Kelas	Mean	N	Std. Deviation	t	Sig. (2-tailed)
Kelompok Eksperimen	78.25	12	4.731	3.661	0.004
Kelompok Kontrol	83.67	12	4.755		

Dari data tersebut dapat diketahui bahwa rata-rata (*mean*) skor prokrastinasi akademik mahasiswa setelah diberi perlakuan berupa teknik *token economy* pada kelompok eksperimen sebesar 78,25

dan perlakuan konvensional pada kelompok kontrol sebesar 83,67.

Hasil ini menunjukkan bahwa ada perbedaan *mean* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sehingga dapat diartikan teknik *token economy* pada kelompok eksperimen memiliki pengaruh yang signifikan dalam mereduksi prokrastinasi akademik.

Berdasarkan analisis data pengujian hipotesis yang dilakukan dengan uji *t-test* untuk dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diperoleh nilai *t* hitung sebesar 3,661. Kemudian nilai *t* hitung dikonsultasikan dengan *t* tabel pada taraf signifikan 5% dan $db = N_1 + N_2 - 2 = 12 + 12 - 2 = 22$ diperoleh *t* tabel = 2,074 sehingga *t* hitung (3,661) > *t* tabel (2,074) maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan kata lain bahwa penggunaan teknik *token economy* efektif mereduksi prokrastinasi akademik mahasiswa.

Hal ini senada dengan menurut Hadi (2005) yang menjelaskan “*token economy* atau tabungan kepingan merupakan prosedur kombinasi untuk meningkatkan, mengajar, mengurangi dan memelihara berbagai perilaku”. Pada teknik *token economy* tingkah laku yang diharapkan muncul bisa diperkuat dengan sesuatu yang diinginkan oleh individu, sehingga

hasil perilaku yang diharapkan bisa ditukar dengan sesuatu yang diinginkan oleh individu tersebut.

4. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknik *token economy* terbukti efektif mereduksi prokrastinasi akademik mahasiswa, hal ini dikarenakan dalam penerapan teknik *token economy* lebih terfokus pada tingkah laku yang ditujukan kepada individu yang sesuai dengan target yang telah disepakati dengan menggunakan penguatan positif.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Akinsola, M. K., Tella, A. & Tella, A. (2007). Correlates of Academic Procrastination and Mathematics Achievement of University Undergraduate Students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*, 3 (4): 363-370.
- Brownlow, S., & Reasinger, R. D. (2000). Putting Off Until Tomorrow What is Better Done Today: Academic Procrastination as a Function of Motivation Toward College Work. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15 (5): 15-34.
- Burka, J. B. & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why You Do It, What To Do About It Now*. Cambridge: Da Capo Press.
- Carolia, dkk. (2012). Profil Perilaku Prokrastinasi Akademik berbasis Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) Pada Mahasiswa. *Proyeksi*, 7 (1): 79-86.
- Chu, A. H. C., & Choi, J. N. (2005). Rethinking Procrastination: Positive Effects of "Active" Procrastination Behavior on Attitudes and Performance. *The Journal of Social Psychology*, 145(3), 245-264.
- Dryden, W. (2012). Dealing with Procrastination: The REBT Approach and a Demonstration Session. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 30 (4): 264-281.
- Furqon. (2009). *Statistika Terapan untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Ghufron, M. Nur., dan Risnawati S. Rini. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hadi, Purwaka. (2005). *Modifikasi Perilaku*. Jakarta: Depdiknas.
- Husetiya, Yumima. (2010). "Hubungan Asertivitas dengan Prokrastinasi Akademik". Jurnal penelitian Psikologi. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Kartadinata, I. & Tjundjing, S. (2008). I Love You Tomorrow: Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu. *Anima: Indonesian Psychological Journal*. 23 (2): 109-119.
- Lucy, R. F. & Anderson, J. S. (2002). *The Effects of a Positive Reward System on Student Procrastination*, (Online), (franke.nau.edu/images/uploads/fcb/02-08.pdf), diakses 12 Desember 2013.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31 (4): 503-509.
- Steel, P., Brothen T., & Wambach, C. (2000). Procrastination and Personality, Performance, and Mood. *Personality and Individual Differences*, 30 (1): 95-106.
- Utaminingsih, S. & Setyabudi, S. (2012). *Tipe Kepribadian dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA "X" Tangerang*. Jurnal Psikologi, 10 (1): 48-57.

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SULIT MAKAN PADA ANAK PRA SEKOLAH DI TK PERTIWI DESA BUGEL KECAMATAN KEDUNG KABUPATEN JEPARA

Devi Rosita, Ummu Lathifah, Anik Sholikhah

INTISARI

Kegiatan pemberian makan pada anak merupakan salah satu aspek terpenting dalam hubungan orang tua dan anak. Terutama bagi orang tua merupakan suatu pengalaman yang menarik dan bermanfaat. Sayangnya, kesulitan sering kali timbul disaat makan, berbagai perilaku makan seperti menolak makan, memuntahkan makanan dan pilah-pilih makanan bisa jadi amat merepotkan, sehingga hal tersebut sangat mencemaskan orang tua dan juga menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan anak terganggu.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi ini adalah semua murid TK pertiwi Bugel dengan jumlah 34 siswa dan siswi. Data pada penelitian ini adalah data primer dan sekunder, yang dikumpulkan dengan melalui kuesioner data diolah dengan langkah *editting*, *Coding*, *Skoring*, dan *Tabulasi* dan dianalisa secara *univariat*.

Hasil penelitian dari 34 responden menunjukkan bahwa sebagian besar sulit makan pada anak pra sekolah di sebabkan oleh faktor makanan yang tidak menarik yaitu 21 responden (61,8%) dan faktor psikologi yang tidak baik sebanyak 18 responden (52,9%) selanjutnya adalah faktor organ tubuh yang tidak sehat sebanyak 6 responden (17,6%).

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi masukan sebagai sumber referensi untuk penelitian berikutnya dan sebagai bahan bacaan diperpustakaan serta sebagai bahan acuan untuk meningkatkan mutu pendidikan sesuai dengan perkembangan pengetahuan dan teknologi khususnya dalam bidang gizi anak pra sekolah.

Kata Kunci : Sulit makan Anak Pra Sekolah

PENDAHULUAN

Kegiatan pemberian makan pada anak merupakan salah satu aspek terpenting dalam hubungan orang tua dan anak. Terutama bagi orang tua merupakan suatu pengalaman yang menarik dan bermanfaat. Sayangnya, kesulitan sering kali timbul disaat makan, berbagai perilaku makan seperti menolak makan, melepeh, memuntahkan makanan, ngemut dan pilah-pilih makanan bisa jadi amat merepotkan, sehingga hal tersebut sangat mencemaskan orang tua dan juga menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan anak terganggu. Faktor keluarga dan orang tua adalah unsur yang sangat penting dan berpengaruh dalam memberikan perhatian dan kasih sayang untuk meningkatkan kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal. (Firmansyah, 2003).

Masalah makan kebanyakan terjadi pada masa batita awal. Hal ini berkaitan dengan proses perkembangannya, dimana balita mengalami masa peralihan dari bentuk makanan lunak menjadi makanan biasa. Dia harus mulai belajar mengunyah bukan lagi menelan makanan, sehingga si anak cenderung mengalami malas makan. (Kurnia, 2012;h.52).

Membentuk pola makan yang baik untuk seorang anak menuntut kesabaran orang tua. Pada usia pra sekolah, anak-anak seringkali mengalami fase sulit makan. Kalau problem makan ini berkepanjangan, maka dapat mengganggu tumbuh kembang

anak karena jumlah dan jenis gizi yang masuk ke dalam tubuhnya berkurang. (Devi, 2012).

Penurunan nafsu makan juga terjadi pada usia balita karena pertumbuhannya tidak sepesat usia sebelumnya, disamping itu anak juga mulai memilih-milih makanan yang di sukainya. Jadi sebenarnya wajar kalau anak mengalami sulit makan pada usia tersebut. Perlu kesabaran dan kreativitas ekstra untuk memberi makan balita, agar asupan kebutuhan gizinya dapat terpenuhi. Selain itu di perlukan kemampuan orang tua untuk dapat mengkaji apa penyebab masalah makan anak, sehingga dapat di temukan solusi yang tepat untuk memecahkan masalah tersebut. (Kurnia, 2012;h.52).

Sulit makan pada anak di Indonesia masih terjadi. Menurut penelitian yang dilakukan di Jakarta menyebutkan pada anak prasekolah usia 4-6 tahun, didapatkan prevalensi kesulitan makan sebesar 33,6%, dan 79,2% terjadi kesulitan makan yang lebih dari 3 bulan. (Hidayati, 2011;h.2).

Faktor kesulitan makan sering dialami oleh sekitar 25% pada usia anak, jumlah meningkat sekitar 40-70% pada anak yang lahir prematur atau dengan penyakit kronik. Faktor-faktor yang mempengaruhi anak sulit makan yaitu penyakit organik seperti gangguan pencernaan, infeksi akut, infeksi kronis, gangguan perkembangan dan perilaku, kelainan bawaan, kelainan neurology atau susunan system syaraf pusat, gangguan fungsi organ, serta alergi makanan, gangguan psikologis seperti sifat, sikap orang tua, dan aturan makan yang ketat, pengaturan makan seperti jenis makanan dan jadwal makan.

Berdasarkan hasil survey pada tanggal 23 November 2012 yang telah di lakukan pada 10 orang tua yang mempunyai anak yang bersekolah di Taman Kanak-Kanak Pertiwi Desa Bugel, di dapatkan hasil bahwa 8 orang anak mengalami sulit makan seperti memilih-milih makan, menolak makan, dan membatasi makan, sedangkan dua anak yang lain selalu makan dengan teratur dan tidak mengalami sulit makan.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang: “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Sulit Makan pada Anak di TK Pertiwi desa Bugel kecamatan Kedung kabupaten Jepara ”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini bersifat deskriptif menggunakan desain *case control*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu bersalin yang melahirkan bayi dengan BBLR di RSUD RA Kartini Jepara pada tahun 2011 yaitu sejumlah 141 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu data sekunder yang meliputi : umur ibu, paritas, jarak kelahiran, dan umur kehamilan yang diperoleh dari Rekam Medik ibu bersalin yang melahirkan bayi dengan BBLR di RSUD RA Kartini Jepara tahun 2010. Analisa data univariate menggunakan prosentase.

HASIL PENELITIAN

1. Faktor Makanan

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Faktor Makanan yang Mempengaruhi Sulit Makan pada Anak Pra Sekolah di TK Pertiwi Desa Bugel.

Klasifikasi	Jumlah (orang)	Presentase (%)
Menarik	13	38,2%
Tidak Menarik	21	61,8%
Jumlah	34	100%

2. Psikologi

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Faktor Psikologi yang Mempengaruhi Sulit Makan pada Anak Pra Sekolah di TK Pertiwi Desa Bugel.

Psikologi	Jumlah (orang)	Presentase (%)
Baik	16	47,1%
Tidak Baik	18	52,9%
Jumlah	34	100%

3. Organ Tubuh

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Faktor Organ Tubuh yang Mempengaruhi Sulit Makan pada Anak Pra Sekolah di TK Pertiwi Desa Bugel.

Organ Tubuh	Jumlah (orang)	Presentase (%)
Sehat	28	82,4%
Tidak Sehat	6	17,6%
Jumlah	34	100%

PEMBAHASAN

1. Faktor Makanan

Di lihat dari hasil rekapan kuesioner yang telah di sebarakan di temukan bahwa sebagian besar anak pra sekolah mengalami sulit makan di karenakan faktor penyajian makanan yang kurang menarik yaitu sebanyak 21 responden (61,8%), sedangkan 13 responden (38,2%) mempunyai penyajian makanan yang menarik.

Hasil penelitian dari Atiq suprianti (2004) bahwa dari 60 responden didapatkan hasil bahwa 47 responden (78,3%) dalam penyajian makanan setiap harinya tidak di siapkan secara khusus baik peralatan maupun menu makanan yang di sediakan. Penyajian menu makanan pada balita hanya di sajikan apa adanya tanpa memperhatikan unsur gizi. Hal ini dikarenakan pendapatan keluarga yang rendah sehingga tidak dapat menyiapkan menu makanan yang khusus dan bervariasi untuk anak balitanya. Alasan lain yang di utarakan ibu mengapa tidak menyediakan menu makanan khusus untuk anak yaitu biar praktis atau ibu tidak perlu repot memasak banyak variasi makanan untuk anaknya.

Dengan demikian dapat di katakan bahwa sebagian besar responden (61,8%) di peroleh penyajian makanan yang tidak menarik, hal ini di karenakan faktor ekonomi keluarga yang kurang serta minimnya kreatifitas ibu tentang cara penyajian makanan serta pemilihan variasi bahan makanan yang di sukai oleh anak

2. Faktor Psikologi

Berdasarkan hasil penelitian pada 34 responden, bahwa sebagian besar responden mengalami masalah sulit makan di karenakan psikologi orang tua serta psikologi anak yang tidak baik dengan hasil sebanyak 18 responden (52,9%), sedangkan 16 responden (47,1%) berpsikologi baik.

Dari hasil penelitian tersebut dapat di katakan bahwa sebagian besar responden (52,9%) mempunyai psikologi yang tidak baik, hal ini di karenakan kekhawatiran orang tua jika asupan gizi yang diterima oleh anak mereka sedikit atau berkurang sehingga mereka beranggapan bahwa segala cara harus di lakukan agar anak bersedia untuk makan termasuk dengan cara kasar seperti mengancam atau menghukum anak jika mereka menolak untuk makan.

3. Faktor Organ Tubuh

Berdasarkan hasil penelitian pada 34 responden, di ketahui bahwa 6 responden (17,6%) mengalami masalah gangguan organ tubuh. sedangkan 28 responden (82,4%) dalam keadaan sehat. Responden yang mengalami masalah organ tubuh di antaranya meliputi gangguan saluran cerna dan penyakit kronis. Hal ini di sebabkan karena kurangnya perilaku hidup bersih oleh masyarakat terutama orang tua yang membiarkan anak terbiasa hidup dan bermain dalam lingkungan yang kurang bersih sehingga mempermudah penyebaran penyakit. Sedangkan 28 responden (82,4%) yang sehat di sebabkan oleh perilaku orang tua yang selalu mengajarkan dan membiasakan anak untuk berperilaku hidup bersih. sehingga anak terbiasa untuk hidup sehat di dalam lingkungan keluarga maupun lingkungan bermainnya.

Dengan demikian dapat di katakan bahwa sebagian besar responden (17,6%) dalam kondisi yang tidak sehat, hal ini dikarenakan keadaan sosial ekonomi keluarga yang rendah serta keadaan lingkungan sekitar yang kurang sehat sehingga mempermudah penyebaran penyakit dalam masyarakat.

KESIMPULAN

1. Sebagian besar responden adalah ibu dengan usia non resti yaitu sebanyak 108 orang (76,6%).
2. Sebagian besar responden adalah ibu yang primipara yaitu sebanyak 70 orang (49,6%).
3. Sebagian besar responden adalah ibu dengan yang jarak kelahiran anak terlalu dekat (<2 tahun) yaitu sebanyak 69 orang (48,0%).
4. Sebagian besar responden adalah ibu dengan umur kehamilan pre-term (<37 minggu) yaitu sebanyak 106 orang (75,2%)

SARAN

1. Bagi peneliti
Saran bagi penelitan lebih lanjut yaitu untuk tidak hanya meneliti karakteristik ibu yang melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) pada 6 aspek saja tetapi juga meneliti karakteristik ibu dari dimensi lain misalnya riwayat melahirkan bayi BBLR, pekerjaan suami, Status Gizi ibu hamil dan Hb ibu menjelang persalinan).
2. Bagi tempat penelitian
Bagi Diharapkan pihak rumah sakit meningkatkan mutu pelayanan dengan menyediakan pelayanan yang memadai khususnya terhadap ibu yang beresiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah sehingga komplikasi yang ditimbulkan dapat diminimalkan.
3. Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan institusi pendidikan kesehatan memperbanyak referensi tentang faktor resiko terjadinya BBLR dan menyediakan informasi sebagai sumber untuk penelitian selanjutnya
4. Bagi Masyarakat
Diharapkan masyarakat mampu meningkatkan pengetahuan tentang resiko terjadinya BBLR di lingkungannya sehingga masyarakat mampu mengenali dan mengambil intervensi yang tepat jika terdapat faktor resiko terjadinya BBLR.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul A. Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data, Jakarta: Salemba Medika; 2009, h.108-9
- Alimul A. Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data, Jakarta: Salemba Medika;2010, h.93-5
- Arikunto S, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik, Jakarta: Rineka Cipta;2010, h.173; 194
- Cahyaningsih, dwi. Pertumbuhan perkembangan anak dan remaja. Jakarta:trans info media. 2011.h. 65-66.
- Djaeni, achmad. ilmu gizi untuk mahasiswa dan profesi jilid II. Cetakan kelima. jakarta:dian rakyat. 2006.h.1-2.
- Devi, nirmala. Gizi anak sekolah. Jakarta:penerbit buku Kompas.2012.
- Erna, dkk. Gizi dalam kesehatan reproduksi. Jakarta:penerbit buku kedokteran EGC. 2005.
- FKM UI, Gizi dan kesehatan masyarakat. Jakarta: Rajagrafindo persada.2007.
- Gejala sulit makan di antaranya meliputi menolak makanan, mengemut makanan dan memuntahkan makanan. Di akses pada tanggal 10 November 2012.
Di dapatkan dari :
http://www.duniapotentia.com/literatur.asp?isi=1&link_idx=13&title_idx=7
- Herri,dkk. pengantar psikologi untuk kebidanan. Jakarta: Kencana prenada media group. 2010.
- Hidayati, nurul. Mengatasi anak susah makan. Yogyakarta: Andi offset. 2011. h. 1-18.
- Kurnia dewi, dkk. Ilmu gizi untuk praktisi kesehatan. Yogyakarta: Graham ilmu. 2012. h. 52-54.
- Mansur. Psikologi ibu dan anak untuk kebidanan. Jakarta: Salemba Medika. 2009. h. 78-79
- Notoatmodjo, soekidjo. Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.2010.h. 83,h. 138.
- Penyebab anak susah makan diantaranya terpengaruh kebiasaan orang tuanya dan Anak sedang sakit atau sedih. Di akses pada tanggal 10 November 2012
Di dapatkan dari :
<http://sekargadhing.blogspot.com/2012/08/mengatasi-anak-susah-makan.html>
- Purwanto N, Psikologi Pendidikan, Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset;2011, h.85
- Riwidikdo. H, Statistik Kesehatan, Jogjakarta: Mitra Cendekia; 2009, h. 12
- Slameto, Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi, Jakarta: Rineka Cipta; 2010, h.1; 2; 54; 54-5; 57; 62; 64; 66

EFEKTIVITAS TOKEN EKONOMI UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU MAKAN PADA ANAK YANG MENGALAMI SULIT MAKAN

Rezky Sahyani

Universitas Ahmad Dahlan, Jln. Kapas 9 Semaki, Umbulharjo, Yogyakarta

Email Penulis: srezky@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan pemberian token ekonomi dalam meningkatkan perilaku makan pada anak usia sekolah yang mengalami sulit makan. Subjek dalam penelitian ini adalah dua orang anak siswa kelas dua SD, usia tujuh dan delapan tahun. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode observasi *time sampling* dengan pencatatan *behavioral checklist*. Penelitian ini menggunakan *single-case experimental design* dengan format perlakuan ABA *withdrawal*. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis *visual inspection* untuk melihat perubahan dan membandingkan efektivitas perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan perilaku makan pada kedua subjek. Pada subjek pertama, perilaku makan mengalami peningkatan sebesar 72%, khususnya pada aspek tidak memilih-milih makanan dengan persentase peningkatan sebesar 100%. Pada subjek kedua, perilaku makan mengalami peningkatan sebesar 36,5%, khususnya pada aspek mau makan sendiri dengan persentase peningkatan sebesar 100%. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa token ekonomi dapat meningkatkan perilaku makan pada anak usia sekolah yang mengalami sulit makan.

Kata Kunci: token ekonomi, sulit makan

Abstract

This study aims to determine the effectiveness of the provision of token economy in improving eating behavior in school-age children who have difficulty eating. Subjects in this study were two children second grade students, ages seven and eight. Data collection method used in this study is the observation time sampling method by recording the behavioral checklist. This study used a single-case experimental design format with ABA treatment withdrawal. The data obtained were then analyzed using visual inspection analysis techniques to look for changes and compare the effectiveness of treatment. The results showed an increase in eating behavior in both subjects. On the first subject, eating behavior

increased by 72%, especially in the aspect of not picking foods with a percentage increase of 100%. In the second subject, eating behavior increased by 36.5%, particularly in aspect of want eating alone with a percentage increase of 100%. Based on these results it can be concluded that the token economy can improve eating behaviors in school-age children who have difficulty eating.

Keywords: token economy, difficulty eating

PENDAHULUAN

Setiap hari manusia membutuhkan energi untuk beraktivitas. Makanan merupakan sumber utama energi bagi tubuh (Cameron, Skofronick, dan Grant, 2006). Makanan yang dikonsumsi sebaiknya mengandung kalori, asam amino, asam lemak, mineral, dan vitamin agar dapat memenuhi kebutuhan tubuh (Kurniawan, 2006). Makanan mengandung gizi yang merupakan zat hara yang bernilai dan diperlukan oleh makhluk hidup untuk pertumbuhan, pemeliharaan, dan kegiatan hidupnya. Gizi yang lengkap diperoleh dari makanan yang sehat (Nenggala, 2006).

Pola makan telah berubah dari waktu ke waktu, saat ini anak-anak dan remaja telah mengadopsi kebiasaan makan yang tidak sehat (Isacco, dkk, 2010). Kebutuhan energi pada anak cukup tinggi dibandingkan orang dewasa, yang membutuhkan kurang dari sepertiga energi yang dibutuhkan anak-anak (Meadow dan Newell, 2009). Tingkat aktivitas yang tinggi pada sebagian besar anak usia sekolah membuat kebutuhan akan gizi yang memadai sangat penting. Selain itu, gizi yang baik akan membantu anak usia sekolah memelihara ketahanan terhadap infeksi dan akan berguna sebagai tempat penyimpanan unsur-unsur pembangun tubuh serta nutrisi yang dibutuhkan untuk masa pertumbuhan remaja (Robertson, 2010).

Berdasarkan hasil survei awal penelitian ini, lima dari 12 orang ibu yang ditemui di salah satu SD swasta di Yogyakarta pada tanggal 9 hingga 12 April 2012 menyatakan memiliki anak yang sulit makan yang usianya berkisar antara 6-7 tahun (kelas 1 SD). Hasil wawancara dan observasi menunjukkan sejumlah gejala antara lain, anak suka memilih-milih makanan (*picky eater*), tidak menyukai sayuran, sering jajan, tidak menghabiskan makanan, menolak makanan pada saat-saat tertentu, tidak mau membuka mulut tanpa paksaan dan lama waktu makan lebih dari 30 menit. Alasan yang dikemukakan anak juga beragam seperti sudah kenyang, sayuran itu pahit, dan tidak menyukai lauk yang dihidangkan.

Dampak dari kesulitan makan pada anak, yaitu gangguan asupan gizi (kekurangan vitamin dan mineral), gangguan pertumbuhan (berat badan dan tinggi badan kurang atau sulit naik). Kesulitan makan sering juga berkaitan dengan gangguan perilaku pada anak, seperti gerakan motorik berlebihan, gangguan tidur, agresif, gangguan konsentrasi dan gangguan belajar (cepat bosan, tidak bisa belajar lama, tidak teliti, terburu-buru, sering kehilangan barang atau sering lupa), impulsif (Judarwanto, 2006). Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan, dampak sulit makan menurut asumsi para ibu antara lain, penurunan berat badan,

mudah lelah ketika belajar, sering lupa, gerakan motorik berlebihan, sulit belajar, berat badan sulit naik, dan mudah sakit.

Berdasarkan permasalahan kesulitan makan yang dijumpai pada anak SD tersebut, maka perlu dicari alternatif intervensi yang diharapkan mampu meningkatkan perilaku makan pada anak. Ada beberapa cara dalam membentuk dan memperkuat perilaku. Salah satunya adalah dengan menggunakan penguat (*reinforcement*). *Reinforcement* menurut definisi Wade dan Tavis (2007) merupakan suatu prosedur memperkuat atau meningkatkan kemungkinan terjadinya perilaku di masa yang akan datang. Bentuk *reinforcement* ada dua, yaitu *reinforcement* positif dan *reinforcement* negatif. *Reinforcement* positif merupakan suatu prosedur memperkuat perilaku, respon diikuti oleh penyajian atau peningkatan intensitas stimulus yang memperkuat perilaku, sebagai hasilnya, respon ini semakin kuat dan semakin mungkin terjadi. Salah satu bentuk *reinforcement* positif yang dapat digunakan dalam membentuk dan memperkuat perilaku yang diinginkan adalah dengan token ekonomi. Token Ekonomi merupakan suatu prosedur modifikasi perilaku dengan menggunakan penguatan terkondisi yang disebut token yang digunakan dalam memperkuat perilaku yang diinginkan pada klien (Miltenberger, 2004). Epstein, dkk (Bernard, Cohen & Moffett, 2009) telah membuktikan Token Ekonomi efektif dalam meningkatkan kepatuhan pada anak dan menyediakan anak latihan pilihan yang bermanfaat. Menilik penelitian tersebut, maka penulis berinisiatif menerapkan Token Ekonomi pada perilaku sulit makan dengan melihat kondisi anak yang tidak mau makan karena secara tidak langsung mereka memiliki tingkat kepatuhan untuk makan yang rendah.

A. Kajian Teori

1. Perilaku Sulit Makan

a. Pengertian Makanan

Makanan merupakan bahan atau zat yang diperlukan oleh tubuh untuk membangun, memperoleh energi, dan mempertahankan kelangsungan hidup (Furqonita, 2007).

b. Perilaku Makan

Perilaku Makan menurut Sunaryo (2004) adalah respon individu terhadap makanan. Perilaku ini meliputi pengetahuan, persepsi, sikap dan praktik terhadap makanan serta unsur-unsur yang terkandung di dalamnya (gizi, vitamin), dan pengelolaan makanan yang berhubungan dengan kebutuhan tubuh kita.

c. Perilaku Sulit Makan

Pengertian kesulitan makan menurut Kusumadewi (Poenirah, 2002) merupakan perilaku anak yang mengalami gangguan makan berupa penolakan makan, tidak mau makan, lama waktu makan hingga lebih dari 30 menit dan hanya mau makan makanan tertentu saja.

d. Aspek-Aspek Perilaku Sulit Makan

Aspek-aspek perilaku sulit makan pada anak menurut Kusumadewi (Poenirah, 2002), antara lain: a) Penolakan makan, b) Tidak mau makan, c)

Lama waktu makan hingga lebih dari 30 menit, d) Hanya mau makan makanan tertentu saja.

e. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Sulit Makan

Secara umum (Judarwanto, 2005) kesulitan makan pada anak dapat dibedakan dalam tiga faktor yaitu: a) Kehilangan nafsu makan dapat disebabkan karena gangguan fungsi saluran cerna, penyakit infeksi seperti infeksi saluran kencing, tuberkulosis, serta infeksi parasit cacing; b) Gangguan proses makan di mulut, seringkali berupa gangguan mengunyah makanan, keterlambatan bicara dan gangguan bicara (cadel, gagap, bicara terlalu cepat dan sulit dimengerti); c) Pengaruh psikologis, meliputi anak ingin menarik perhatian, gangguan sikap negativisme, kebiasaan rewel anak yang digunakan untuk mendapatkan yang diinginkannya, meniru pola makan orangtua atau saudaranya, sedang tertarik dengan benda atau permainan lainnya.

f. Cara Mengatasi Perilaku Sulit Makan

Judarwanto (2007) mengungkapkan beberapa langkah dalam penatalaksanaan kesulitan makan pada anak, yaitu: a) Memastikan bahwa anak mengalami kesulitan makan dan mencari penyebab kesulitan makan pada anak; b) Mengidentifikasi ada tidaknya komplikasi yang terjadi pada anak; c) Pemberian pengobatan terhadap penyebab kesulitan makan pada anak; d) Menghindari makanan tertentu yang menjadi penyebab gangguan, bila penyebabnya gangguan saluran pencernaan.

Beberapa cara lain dalam mengatasi perilaku sulit makan pada anak, antara lain sebagai berikut: a) Program Pendidikan Gizi; b) Buku-buku Interaktif Anak-anak; c) Pendekatan Keluarga; d) Regulasi Emosi; e) Token Ekonomi.

2. Efektivitas Token Ekonomi

a. Pengertian Token Ekonomi

Soekadji (1983) menyebutkan bahwa token ekonomi merupakan suatu program yang menggunakan kepingan atau tanda yang diberikan sesegera mungkin setiap kali perilaku target muncul, kemudian kepingan atau tanda yang telah terkumpul dapat ditukar dengan pengukuh (reward) idaman subjek.

b. Tujuan Token Ekonomi

Tujuan yang utama suatu token ekonomi, yaitu untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan dan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan. Bagaimanapun, tujuan yang lebih utama dari token ekonomi untuk mengajar perilaku yang sesuai dan ketrampilan-ketrampilan sosial yang dapat digunakan dalam satu lingkungan yang alami. Token ekonomi dapat digunakan secara individu atau di dalam kelompok (Susanto, 2008).

c. Unsur-Unsur Token Ekonomi

Menurut Susanto (2008), unsur-unsur yang perlu diperhatikan dalam pemberian token ekonomi adalah sebagai berikut: a) Token; b) Target perilaku jelas dan nyata; c) Motif-motif penguat; d) Sistem yang digunakan untuk menukarkan token; e) Sistem untuk merekam data; f) Implementasi konsistensi token ekonomi oleh pelaksana program.

d. Manfaat Token Ekonomi

Martin dan Pear (1992) menjelaskan ada dua keuntungan dalam menggunakan token sebagai penguat. Pertama, token tersebut dapat diberikan langsung setelah perilaku yang diharapkan muncul dan kemudian ditukarkan untuk sebuah motif penguat (hadiah). Hal tersebut dapat digunakan untuk “menjembatani” penundaan yang sangat lama antara respon perilaku target dan hadiah, ketika terjadi kesulitan atau tidak mungkin untuk memberikan penguat cadangan (hadiah) secara langsung setelah perilaku target muncul. Kedua, token mempermudah dalam mengelola konsistensi dan keefektifan penguat (hadiah) ketika menangani sekelompok individu.

e. Risiko Token Ekonomi

Risiko di dalam token ekonomi adalah sama halnya dengan modifikasi perilaku yang lain. Pelaksana program/ orangtua dalam menerapkan *treatment* ini bisa dengan sengaja atau tidak sengaja tidak memperhatikan kerelaan individu menerima *treatment*. Token ekonomi tidak perlu merampas (mencabut) kebutuhan dasar mereka, seperti makanan yang cukup, selimut yang nyaman, atau peluang layak untuk kesenangan. Jika pelaksana program/ orangtua tidak terlatih dengan baik, bisa terjadi perilaku-perilaku yang diinginkan tidak diberikan token sedangkan perilaku-perilaku yang tidak diinginkan bisa dihadahi token, kekurangan ini dapat menghasilkan peningkatan perilaku negatif (Susanto, 2008).

f. Prosedur Token Ekonomi

Martin dan Pear (1992) menjelaskan bahwa sebelum dan selama pelaksanaan token ekonomi, beberapa prosedur khusus harus dipertimbangkan dan dilakukan. Prosedur-prosedur tersebut dapat dikategorisasikan sebagai berikut: a) Menyimpan data; b) Pelaksana Program pemberi token; c) Jumlah/ frekuensi token yang harus dibayar; d) Pengelolaan penguat cadangan (hadiah); e) Kemungkinan hukuman kontingensi; f) Pengawasan pelaksana program; g) Menangani masalah potensial.

3. Efektivitas Token Ekonomi dalam Meningkatkan Perilaku Makan

Tujuan akhir dari pemberian perlakuan ini adalah ketika perilaku yang diharapkan muncul. Perilaku diharapkan muncul akibat kebiasaan yang dilakukan dalam hal ini kebiasaan makan teratur. Harapannya individu berperilaku makan teratur bukan atas dasar hadiah yang diperolehnya, melainkan perilaku tersebut telah terbentuk dengan sendirinya akibat dari kebiasaan yang dilakukan dalam proses pemberian perlakuan.

Beberapa penelitian menggunakan token ekonomi untuk mengubah perilaku. Token ekonomi digunakan oleh Tarbox, Ghezzi, dan Wilson (2006) dalam penelitian mengenai perilaku hadir pada seorang anak yang berusia lima tahun yang didiagnosis mengalami autisme selama instruksi keterampilan akademik dan komunikasi. Hasilnya menunjukkan bahwa penguatan dengan menggunakan token meningkatkan perilaku hadir pada anak autisme. Hasil juga menunjukkan bahwa token yang diperlukan untuk penguat cadangan dapat ditingkatkan tanpa harus mengorbankan kekuatan atau stabilitas kehadiran. Hasil selanjutnya menunjukkan bahwa penguatan

dengan token paling efektif dalam mempertahankan perhatian subjek ketika penguat cadangan (hadiah) tersedia, dan ketika token dapat ditukar tanpa adanya penundaan.

Okamoto, dkk (2002) dalam penelitiannya menggunakan *token economy therapy* (TET) yang dikombinasikan dengan Fukamachi's activity restriction therapy (FT) dan formula cair dari Kyoto Prefectural University of Medicine Behavior Therapy (KPT) terhadap 35 orang pasien *anorexia nervosa*. Token ekonomi bertindak sebagai penguat positif (*positive reinforcement*) terhadap kenaikan berat badan. Hasil menunjukkan bahwa penggunaan TET yang dikombinasikan dengan metode FT dapat meningkatkan berat badan lebih tinggi dibandingkan penggunaan metode FT saja. Namun, Penggunaan formula cair KPT menunjukkan hasil yang lebih baik dibandingkan penggunaan dua metode di atas (TET dan FT).

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa token ekonomi dapat dijadikan acuan untuk meningkatkan perilaku tertentu baik pada anak-anak normal maupun anak-anak berkebutuhan khusus. Penelitian ini menggunakan Token Ekonomi dalam usaha meningkatkan perilaku makan pada anak usia sekolah yang mengalami sulit makan. Tujuan akhir dari pemberian perlakuan ini adalah saat perilaku makan yang diharapkan muncul. Perilaku makan diharapkan muncul akibat kebiasaan makan teratur yang dilakukan.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan pemberian token ekonomi dalam meningkatkan perilaku makan pada anak usia sekolah yang mengalami sulit makan.

C. Hipotesis

Hipotesis dari penelitian ini adalah token ekonomi dapat meningkatkan perilaku makan pada anak usia sekolah yang mengalami sulit makan.

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel Tergantung : Perilaku Sulit Makan
2. Variabel Perlakuan : Token Ekonomi

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Perilaku Sulit Makan

Perilaku sulit makan akan diukur melalui observasi yang dilakukan oleh orangtua selama satu minggu berdasarkan aspek-aspek kesulitan makan pada anak yaitu jika anak: (1) tidak mau makan, (2) tidak menghabiskan makanannya, (3) menolak untuk makan, (4) lama waktu makan lebih dari 30 menit dan (5) hanya mau makan makanan tertentu saja. Observasi dilakukan ketika orangtua menyajikan makanan sewaktu jam makan, dua kali sehari, siang dan malam hari. Aspek-aspek perilaku sulit makan diubah menjadi aspek-aspek perilaku makan untuk mempermudah orangtua dalam mencatat hasil observasi. Anak dikatakan

mengalami sulit makan apabila menunjukkan skor rendah terhadap indikator perilaku target (perilaku makan) sebagai berikut: (1) mau makan, (2) menghabiskan makanannya, (3) tidak menolak makan, (4) lama waktu makan kurang dari 30 menit, (5) tidak memilih-milih makanan.

2. Token Ekonomi

Token ekonomi merupakan suatu alat penguat terkondisi yang digunakan untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan dan pengurangan perilaku yang tidak diinginkan dengan menggunakan token (tanda). Token yang digunakan berupa stiker tempel bergambar. Stiker bergambar ini akan diberikan setiap kali anak selesai makan siang dan makan malam dan anak menunjukkan bentuk perilaku makan berdasar pada hasil observasi dengan *check list* pada guide observasi. Stiker tersebut kemudian ditempelkan pada sebuah buku gambar. Token yang telah dikumpulkan dan memenuhi jumlah tertentu yang telah ditentukan dapat ditukarkan dengan *reward* yang telah disepakati.

C. Subjek Penelitian

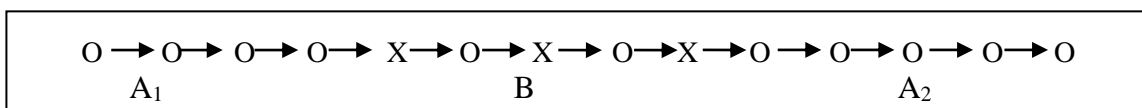
Subjek penelitian ini adalah siswa SD di salah satu Sekolah Dasar di Yogyakarta. Usia subjek 7 tahun (kelas 2 SD) dengan berat badan kurang dari kriteria usia dan berat badan yang ditetapkan. Subjek penelitian merupakan anak usia sekolah yang memenuhi kriteria sulit makan. Pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel sesuai dengan yang dikehendaki (Latipun, 2010) dalam hal ini, subjek dengan perilaku sulit makan.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dilakukan dengan observasi, yaitu suatu teknik pengumpulan data secara sistematis mengenai fenomena-fenomena yang diselidiki dalam bentuk pengamatan dan pencatatan. Jenis observasi yang digunakan adalah observasi nonpartisipan, yaitu suatu metode yang apabila orang yang mengadakan observasi (observer) tidak ikut ambil bagian dalam kehidupan orang yang diobservasi (observee). Metode observasi yang digunakan adalah metode *time sampling*, yaitu metode observasi yang mengarahkan observer untuk memperhatikan aspek tertentu dari perilaku dalam interval waktu tertentu (Irwin dan Bushnell, 1980), dalam hal ini perilaku sulit makan akan diobservasi pada waktu makan siang dan makan malam. Pemilihan metode observasi *time sampling* pada waktu makan siang dan makan malam tanpa adanya observasi pada waktu sarapan (makan pagi) dikarenakan waktu sarapan (makan pagi) yang singkat sehingga tidak memungkinkan dalam pengambilan data. Metode pencatatan yang digunakan yaitu *behavioral check list* yang berisi bentuk-bentuk perilaku yang dimungkinkan muncul pada subjek, observer tinggal memberikan tanda centang (*check*) secara cepat dan obyektif tentang ada tidaknya faktor perilaku yang tercantum dalam *list* (Hadi, 2001). Observasi dilakukan oleh orangtua kepada subjek sebelum pemberian perlakuan (*baseline* pertama), selama pemberian perlakuan dan setelah pemberian perlakuan (*baseline* kedua).

E. Rancangan Eksperimen

Penelitian ini menggunakan *single-case experimental design* yang merupakan sebuah desain penelitian untuk mengevaluasi efek suatu perlakuan dengan kasus tunggal dari beberapa subjek dalam satu kelompok atau subjek tunggal (N=1). Format desain eksperimen kasus tunggal (*single-case experimental design*) yang digunakan yaitu format A-B-A *withdrawal* yang melibatkan fase *baseline* (A) dan fase perlakuan (B), kemudian menghentikan perlakuan dan kembali pada *baseline* (*withdrawal*). Variasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah A-B-A. Desain A-B-A dilakukan dengan menambahkan fase *baseline* kedua setelah fase perlakuan (Latipun, 2010). Rancangan penelitian dapat digambarkan sebagai berikut:



Keterangan:

- A₁ : Baseline pertama selama 1 minggu
- B : Perlakuan selama 2 minggu
- A₂ : Baseline kedua selama 1 minggu

F. Prosedur Pelaksanaan

1. Penelitian ini terdiri dari 3 tahap, yaitu tahap persiapan, tahap penelitian dan tahap evaluasi.
2. **Tahap persiapan** terdiri dari 4 proses, yaitu pengenalan, wawancara pendahuluan, penjelasan kepada ibu subjek, dan persiapan alat-alat penelitian, lebih rinci dijelaskan sebagai berikut:
 - a. Pengenalan dengan subjek dan ibu subjek
 - b. Wawancara pendahuluan pada subjek dan orangtua subjek untuk memperoleh informasi mengenai:
 - 1) perilaku makan
 - 2) perilaku sulit makan seperti lama waktu makan, alasan sulit makan, jenis makanan yang disenangi dan tidak disenangi
 - 3) kebiasaan dan kegiatan sehari-hari
 - 4) riwayat penyakit, dan
 - 5) kegemaran subjek terkait dengan bentuk token dan *reward* (hadiah) yang nanti akan ditukarkan.
 - c. Orangtua melakukan observasi awal terkait kesulitan makan anak.
 - d. Orangtua subjek diberi penjelasan mengenai penelitian yang akan dilakukan, tujuan penelitian, manfaat penelitian, prosedur pelaksanaan token ekonomi, lama penelitian yang ± 1 bulan dan pemberian *informed consent*.
 - e. Persiapan alat-alat yang akan digunakan dalam penelitian seperti modul eksperimen, pedoman observasi, token berupa stiker bergambar kartun, kamera, dan *reward* (hadiah).

3. **Tahap penelitian** terdiri dari 3 fase, yaitu fase *baseline* pertama (A_1), fase perlakuan (B), fase *baseline* kedua (A_2), lebih rinci dijelaskan sebagai berikut:
 - a. **Fase *Baseline* pertama (A_1)**
 - 1) Orangtua subjek melakukan observasi *check list* dengan menggunakan guide observasi selama satu minggu berturut-turut setiap kali orangtua menyajikan makanan pada waktu makan dua kali sehari (siang dan malam).
 - 2) Selanjutnya, hasil observasi yang telah dilakukan orangtua pada fase *baseline* pertama (A_1) dicek (diperiksa) dan dikumpulkan. Berdasarkan data yang diperoleh pada fase *baseline* pertama dapat ditentukan berapa jumlah token yang dapat ditukarkan dengan hadiah pada akhir minggu pertama dan kedua pada fase perlakuan (B).
 - b. **Fase Perlakuan (B)**
 - 1) Sebelum fase perlakuan, subjek diberitahu bahwa selama dua minggu ini subjek akan menerima token-token yang nantinya bisa ditukarkan dengan barang kesukaan subjek pada akhir minggu pertama dan kedua, jika subjek mau makan, menghabiskan makanannya, tidak menolak makan, ketika makan menghabiskan waktu kurang dari 30 menit dan tidak memilih-milih makanan.
 - 2) Selama dua minggu orangtua subjek melakukan observasi dan ketika perilaku target muncul ketika itu juga subjek diberikan token berupa stiker bergambar yang akan ditempelkan oleh subjek sendiri pada buku gambar yang telah disediakan. Stiker diberikan berdasarkan banyaknya jumlah indikator perilaku yang muncul.
 - 3) Hasil observasi yang telah dilakukan orangtua subjek penelitian selama satu minggu pertama dicek (diperiksa) dan dikumpulkan. Token yang telah terkumpul selama satu minggu pertama dan memenuhi target perilaku, maka dapat ditukarkan dengan hadiah yang disukai subjek. Pada satu minggu kedua, jika subjek dianggap dapat melampaui target perilaku minimal, maka jumlah token dapat dikurangi. Sebaliknya, jika subjek belum mampu melampaui target perilaku minimal yang ditentukan, maka jumlah token dapat ditambah.
 - 4) Hasil observasi yang telah dilakukan orangtua subjek penelitian selama satu minggu kedua dicek (diperiksa) dan dikumpulkan. Token yang telah terkumpul selama satu minggu kedua dan memenuhi target perilaku, maka dapat ditukarkan dengan hadiah yang disukai subjek.
 - c. **Fase *Baseline* kedua (A_2)**
 - 1) Pada fase *baseline* kedua (A_2), subjek diberitahu bahwa pada minggu ini tidak akan ada token yang diberikan. Orangtua melakukan observasi kembali selama satu minggu.
 - 2) Hasil observasi yang telah dilakukan orangtua subjek penelitian selama satu minggu dicek (diperiksa) dan dikumpulkan.
4. **Tahap Evaluasi**, pada tahap ini peneliti dan ibu subjek bertemu dan mereview proses penelitian, membahas mengenai hasil yang diperoleh pada saat penelitian, serta hambatan-hambatan yang kemungkinan dihadapi oleh ibu subjek selama proses observasi berlangsung.

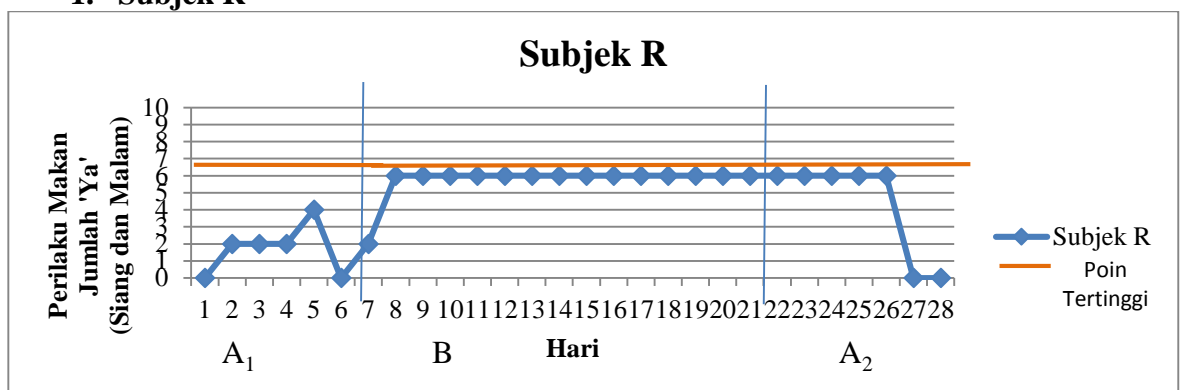
G. Metode Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis *visual inspection* digunakan untuk melihat perubahan perilaku subjek penelitian dari waktu ke waktu (Dugard, File, dan Todman, 2012). Grafik *visual inspection* merupakan cara paling umum dalam menganalisis data dari *single case designs* (Watson dan Gotestam, 1998).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Subjek R



Gambar 1. Grafik *visual inspection* Subjek R

Keterangan:

A₁ : Fase *baseline* pertama (3 indikator perilaku makan)

B : Fase perlakuan (3 indikator perilaku makan)

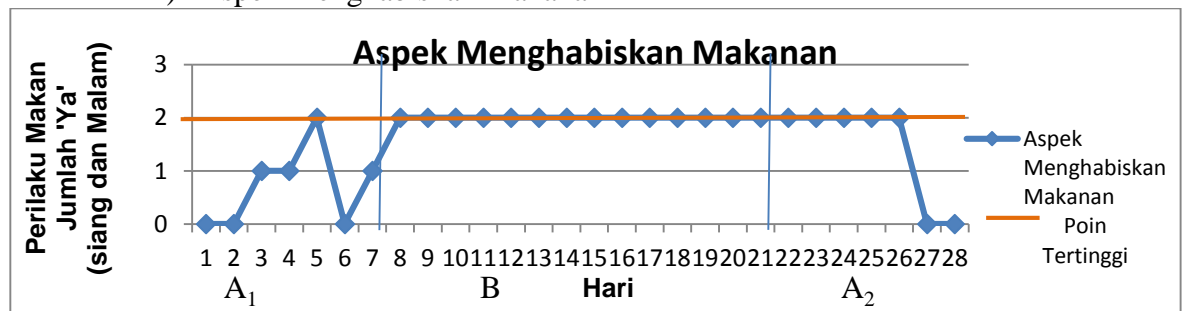
A₂ : Fase *baseline* kedua (3 indikator perilaku makan)

Subjek R pada fase *baseline* pertama (A₁) memperoleh respon 'ya' berdasarkan tiga indikator perilaku makan dengan persentase 0%, 33%, 33%, 33%, 67%, 0%, dan 33% dengan rata-rata 28%. Pada fase perlakuan (B), subjek R memperoleh respon 'ya' berdasarkan tiga indikator perilaku makan dengan persentase 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, dan 100% dengan rata-rata 100%. Pada fase *baseline* kedua (A₂), subjek R memperoleh respon 'ya' berdasarkan tiga indikator perilaku makan dengan persentase 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 0%, dan 0% dengan rata-rata 71%.

Berdasarkan rata-rata persentase perolehan respon 'ya' pada perilaku makan subjek R tersebut dapat dilihat bahwa perilaku makan subjek R pada fase perlakuan (B) lebih tinggi, yaitu 100% dibandingkan pada fase *baseline* pertama (A₁), yaitu 28% dengan jumlah peningkatan sebesar 72%. Sedangkan rata-rata persentase pada fase *baseline* kedua (A₂), yaitu 71% lebih rendah dibandingkan dengan rata-rata persentase pada fase perlakuan (B), yaitu 100% dengan jumlah penurunan sebesar 29%.

Berikut ini merupakan grafik data pada masing-masing aspek perilaku makan subjek R:

1) Aspek Menghabiskan Makanan



Gambar 2. Grafik *visual inspesction* aspek Menghabiskan Makanan pada Subjek R
Keterangan:

A₁ : Fase *baseline* pertama (1 minggu)

B : Fase perlakuan (2 minggu)

A₂ : Fase *baseline* kedua (1 minggu)

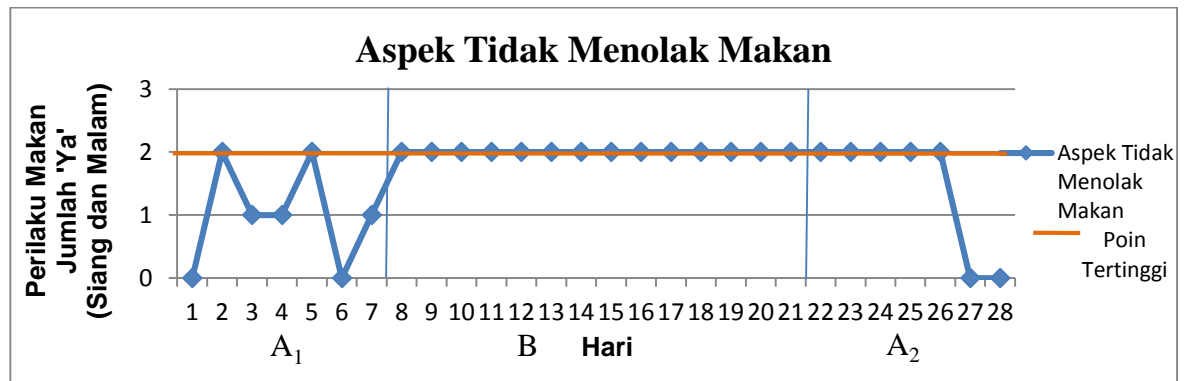
Pada fase *baseline* pertama (A₁), subjek R menunjukkan respon 'Ya' pada aspek menghabiskan makanan pada waktu makan siang dan makan malam sebanyak nol buah pada hari pertama dan kedua, satu buah pada hari ketiga dan keempat, dua buah pada hari kelima, nol buah pada hari keenam, dan satu buah pada hari ketujuh. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua.

Pada fase perlakuan (B), subjek R menunjukkan respon 'Ya' sebanyak dua buah berturut-turut dari hari pertama hingga hari keempat belas. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua. Pada fase *baseline* kedua (A₂), subjek R menunjukkan respon 'Ya' sebanyak dua buah berturut-turut dari hari pertama hingga hari kelima dan nol buah pada hari keenam dan ketujuh. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua.

Data tersebut kemudian diubah dalam bentuk persentase. Pada fase *baseline* pertama (A₁), subjek R menunjukkan respon 'Ya' terhadap aspek menghabiskan makanannya dengan persentase sebesar 0%, 0%, 50%, 50%, 100%, 0%, 50%, dengan rata-rata sebesar 35,7%. Pada fase perlakuan (B), subjek R menunjukkan respon 'Ya' dengan persentase sebesar 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, dengan rata-rata sebesar 100%. Pada fase *baseline* kedua (A₂), subjek R menunjukkan respon 'Ya' dengan persentase sebesar 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 0%, 0%, dengan rata-rata sebesar 71,4%.

Berdasarkan rata-rata persentase perolehan respon 'Ya' tersebut, maka dapat dilihat bahwa perilaku makan subjek R pada aspek menghabiskan makanan pada fase perlakuan (B) lebih tinggi, yaitu 100% dibandingkan pada fase *baseline* pertama (A₁), yaitu 35,7%, dengan peningkatan sebesar 64,3%. Sedangkan rata-rata persentase pada fase *baseline* kedua (A₂), yaitu 71,4% lebih rendah dibandingkan dengan rata-rata persentase pada fase perlakuan (B), yaitu 100% dengan jumlah penurunan sebesar 28,6%.

2) Aspek Tidak Menolak Makan



Gambar 3. Grafik *visual inspection* aspek Tidak Menolak Makan pada Subjek R
Keterangan:

A₁ : Fase *baseline* pertama (1 minggu)

B : Fase perlakuan (2 minggu)

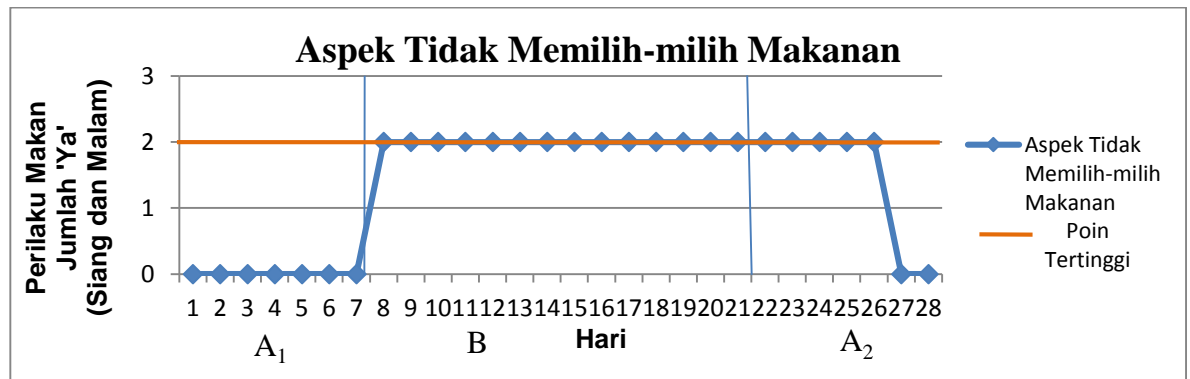
A₂ : Fase *baseline* kedua (1 minggu)

Pada fase *baseline* pertama (A₁), subjek R menunjukkan respon 'Ya' pada aspek tidak menolak makan pada waktu makan siang dan makan malam sebanyak nol buah pada hari pertama, dua buah pada hari kedua, satu buah pada hari ketiga dan keempat, dua buah pada hari kelima, nol buah pada hari keenam, dan satu buah pada hari ketujuh. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua.

Data tersebut kemudian diubah dalam bentuk persentase. Pada fase *baseline* pertama (A₁), subjek R menunjukkan respon 'Ya' terhadap aspek tidak menolak makan dengan persentase sebesar 0%, 100%, 50%, 50%, 100%, 0%, 50%, dengan rata-rata sebesar 50%. Pada fase perlakuan (B), subjek R menunjukkan respon 'Ya' dengan persentase sebesar 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, dengan rata-rata sebesar 100%. Pada fase *baseline* kedua (A₂), subjek R menunjukkan respon 'Ya' dengan persentase sebesar 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 0%, 0%, dengan rata-rata sebesar 71,4%.

Berdasarkan rata-rata persentase perolehan respon 'Ya' tersebut, maka dapat dilihat bahwa perilaku makan subjek R pada aspek tidak menolak makan pada fase perlakuan (B) lebih tinggi, yaitu 100% dibandingkan pada fase *baseline* pertama (A₁), yaitu 50%, dengan peningkatan sebesar 50%. Sedangkan rata-rata persentase pada fase *baseline* kedua (A₂), yaitu 71,4% lebih rendah dibandingkan dengan rata-rata persentase pada fase perlakuan (B), yaitu 100% dengan jumlah penurunan sebesar 28,6%.

3) Aspek Tidak Memilih-milih Makanan



Gambar 4. Grafik *visual inspection* aspek Tidak Memilih-milih Makanan pada Subjek R

Keterangan:

A₁ : Fase *baseline* pertama (1 minggu)

B : Fase perlakuan (2 minggu)

A₂ : Fase *baseline* kedua (1 minggu)

Pada fase *baseline* pertama (A₁), subjek R menunjukkan respon 'Ya' pada aspek tidak memilih-milih makanan pada waktu makan siang dan makan malam sebanyak nol buah berturut-turut dari hari pertama hingga hari ketujuh. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua. Pada fase perlakuan (B), subjek R menunjukkan respon 'Ya' sebanyak dua buah berturut-turut dari hari pertama hingga hari keempat belas. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua. Pada fase *baseline* kedua (A₂), subjek R menunjukkan respon 'Ya' sebanyak dua buah berturut-turut dari hari pertama hingga hari kelima dan nol buah pada hari keenam dan ketujuh. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua.

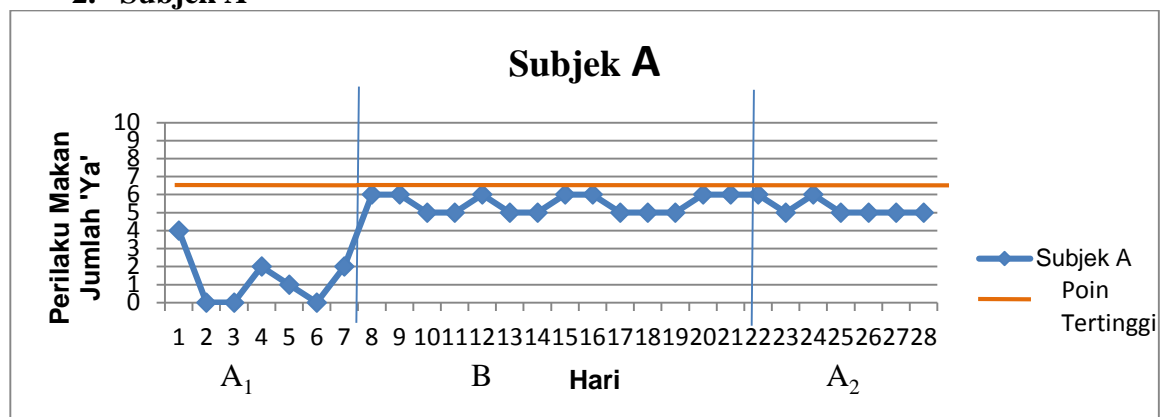
Data tersebut kemudian diubah dalam bentuk persentase. Pada fase *baseline* pertama (A₁), subjek R menunjukkan respon 'Ya' terhadap aspek tidak memilih-milih makanan dengan persentase sebesar 0%, 0%, 0%, 0%, 0%, 0%, 0%, dengan rata-rata sebesar 0%. Pada fase perlakuan (B), subjek R menunjukkan respon 'Ya' dengan persentase sebesar 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, dengan rata-rata sebesar 100%. Pada fase *baseline* kedua (A₂), subjek R menunjukkan respon 'Ya' dengan persentase sebesar 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 0%, 0%, dengan rata-rata sebesar 71,4%.

Berdasarkan rata-rata persentase perolehan respon 'Ya' tersebut, maka dapat dilihat bahwa perilaku makan subjek R pada aspek tidak memilih-milih makanan pada fase perlakuan (B) lebih tinggi, yaitu 100% dibandingkan pada fase *baseline* pertama (A₁), yaitu 0%, dengan peningkatan sebesar 100%. Sedangkan rata-rata persentase pada fase *baseline* kedua (A₂), yaitu 71,4% lebih rendah dibandingkan dengan rata-rata persentase pada fase perlakuan (B), yaitu 100% dengan jumlah penurunan sebesar 28,6%.

Berdasarkan data ketiga aspek perilaku makan pada subjek R tersebut dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan sebesar 64,3% pada aspek menghabiskan makanan ketika fase perlakuan (B) dan terjadi penurunan sebesar 28,6% setelah fase perlakuan (B). Pada aspek tidak menolak makan terjadi peningkatan sebesar

50% ketika fase perlakuan (B) dan terjadi penurunan sebesar 28,6% setelah fase perlakuan (B). Sedangkan pada aspek tidak memilih-milih makanan terjadi peningkatan sebesar 100% ketika fase perlakuan (B) dan terjadi penurunan sebesar 28,6% setelah fase perlakuan (B).

2. Subjek A



Gambar 5. Grafik *visual inspektion* Subjek A

Keterangan:

A₁ : Fase *baseline* pertama (3 indikator perilaku makan)

B : Fase Perlakuan (3 indikator perilaku makan)

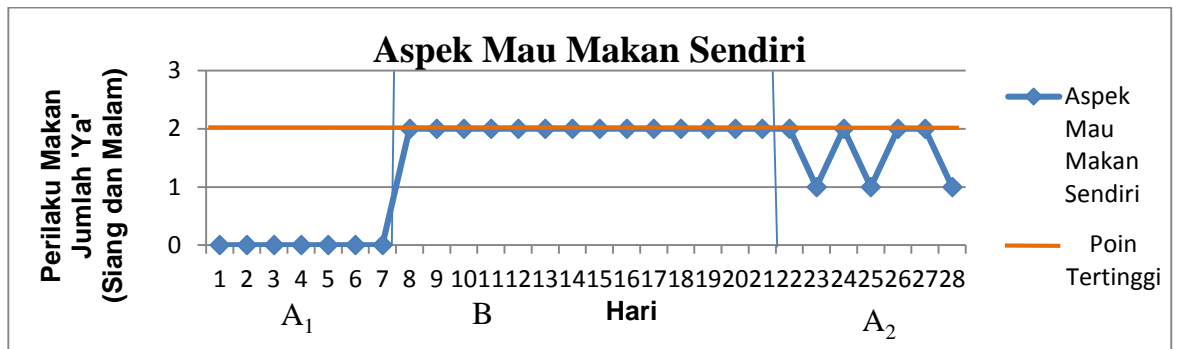
A₂ : Fase *baseline* kedua (3 indikator perilaku makan)

Subjek A pada fase *baseline* pertama (A₁) memperoleh respon 'ya' berdasarkan tiga indikator perilaku makan dengan persentase 66,7%, 0%, 0%, 33,3%, 16,7%, 0%, dan 33,3% dengan rata-rata 21,4%. Pada fase perlakuan (B), subjek A memperoleh respon 'ya' berdasarkan tiga indikator perilaku makan dengan persentase 100%, 100%, 83%, 83%, 100%, 83%, 83%, 100%, 100%, 83%, 83%, 83%, 100%, dan 100% dengan rata-rata 91,5%. Pada fase *baseline* kedua (A₂), subjek A memperoleh respon 'ya' berdasarkan tiga indikator perilaku makan dengan persentase 100%, 83%, 100%, 83%, 83%, 83%, dan 83% dengan rata-rata 88%.

Berdasarkan rata-rata persentase perolehan respon 'ya' pada perilaku makan subjek A tersebut dapat dilihat bahwa perilaku makan subjek A pada fase perlakuan (B) lebih tinggi, yaitu 91,5% dibandingkan pada fase *baseline* pertama (A₁), yaitu 21,4% dengan peningkatan sebesar 70,1%. Sedangkan rata-rata persentase pada fase *baseline* kedua (A₂), yaitu 88% lebih rendah dibandingkan rata-rata persentase pada fase perlakuan (B), yaitu 91,5% dengan jumlah penurunan sebesar 3,5%.

Berikut ini merupakan grafik data pada masing-masing aspek perilaku makan subjek A:

1) Aspek Mau Makan Sendiri



Gambar 6. Grafik *visual inspesction* aspek Mau Makan Sendiri pada Subjek A
Keterangan:

A₁ : Fase *baseline* pertama (1 minggu)

B : Fase Perlakuan (2 minggu)

A₂ : Fase *baseline* kedua (1 minggu)

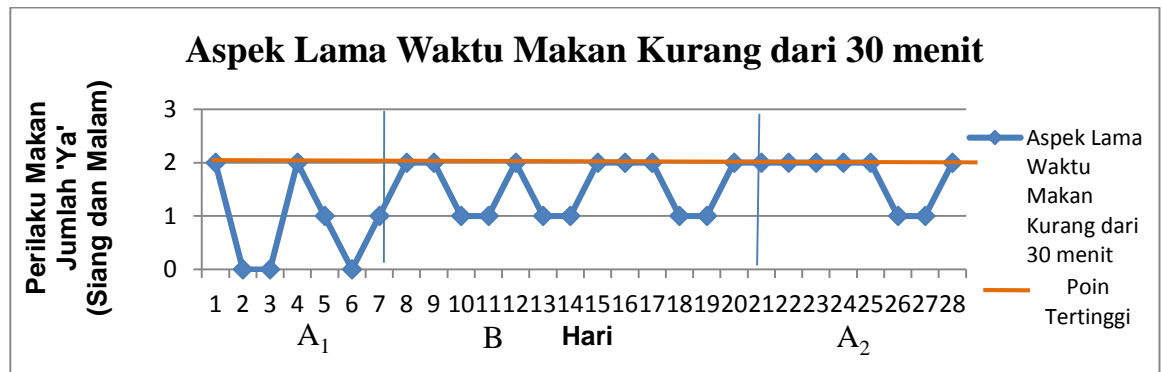
Pada fase *baseline* pertama (A₁), subjek A menunjukkan respon 'Ya' pada aspek mau makan pada waktu makan siang dan makan malam sebanyak dua buah secara berturut-turut dari hari pertama hingga hari ketujuh. Namun, dikarenakan aspek mau makan tersebut diubah menjadi aspek mau makan sendiri sehingga perolehan respon 'Ya' tersebut dihitung nol buah secara berturut-turut dari hari pertama hingga hari ketujuh, karena subjek A disuapi oleh ibunya ketika makan. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua.

Pada fase perlakuan (B), subjek A menunjukkan respon 'Ya' sebanyak dua buah berturut-turut dari hari pertama hingga hari keempat belas. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua. Pada fase *baseline* kedua (A₂), subjek A menunjukkan respon 'Ya' sebanyak dua buah pada hari pertama, satu buah pada hari kedua, dua buah pada hari ketiga, satu buah pada hari keempat, dua buah pada hari kelima dan keenam, dan satu buah pada hari ketujuh. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua.

Data tersebut kemudian diubah dalam bentuk persentase. Pada fase *baseline* pertama (A₁), subjek A menunjukkan respon 'Ya' terhadap aspek mau makan sendiri dengan persentase sebesar 0%, 0%, 0%, 0%, 0%, 0%, 0%, dengan rata-rata sebesar 0%. Pada fase perlakuan (B), subjek A menunjukkan respon 'Ya' dengan persentase sebesar 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, dengan rata-rata sebesar 100%. Pada fase *baseline* kedua (A₂), subjek A menunjukkan respon 'Ya' dengan persentase sebesar 100%, 50%, 100%, 50%, 100%, 100%, 50%, dengan rata-rata sebesar 78,6%.

Berdasarkan rata-rata persentase perolehan respon 'Ya' tersebut, maka dapat dilihat bahwa perilaku makan subjek A pada aspek mau makan sendiri pada fase perlakuan (B) lebih besar, yaitu 100% dibandingkan pada fase *baseline* pertama (A₁), yaitu 0%. Sedangkan rata-rata persentase pada fase *baseline* kedua (A₂), yaitu 78,6% lebih rendah dibandingkan dengan rata-rata persentase pada fase perlakuan (B), yaitu 100% dengan jumlah penurunan sebesar 21,4%.

2) Aspek Lama Waktu Makan Kurang dari 30 menit



Gambar 7. Grafik *visual inspesction* aspek Lama Waktu Makan Kurang dari 30 menit pada Subjek A

Keterangan:

A₁ : Fase *baseline* pertama (1 minggu)

B : Fase Perlakuan (2 minggu)

A₂ : Fase *baseline* kedua (1 minggu)

Pada fase *baseline* pertama (A₁), subjek A menunjukkan respon 'Ya' pada aspek lama waktu makan kurang dari 30 menit pada waktu makan siang dan makan malam sebanyak dua buah pada hari pertama, nol buah pada hari kedua dan ketiga, dua buah pada hari keempat, satu buah pada hari kelima, nol buah pada hari keenam, dan satu buah pada hari ketujuh. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua.

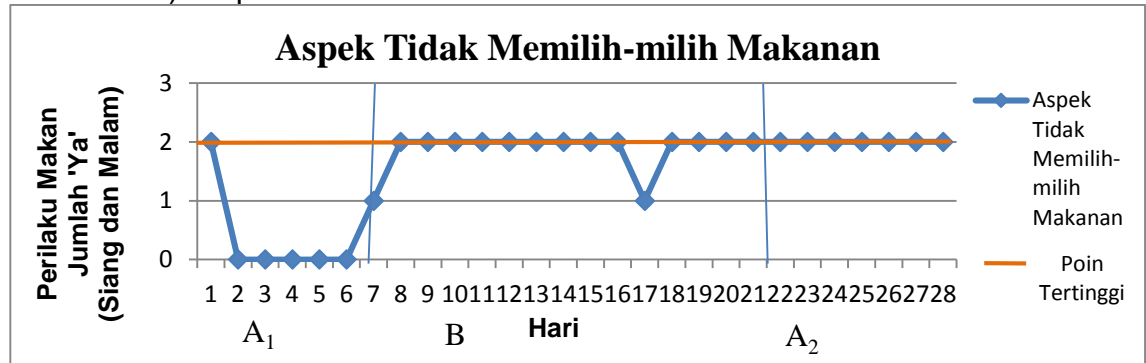
Pada fase perlakuan (B), subjek A menunjukkan respon 'Ya' sebanyak dua buah pada hari pertama dan kedua, satu buah pada hari ketiga dan keempat, dua buah pada hari kelima, satu buah pada hari keenam dan ketujuh, dua buah berturut-turut dari hari kedelapan hingga kesepuluh, satu buah pada hari kesebelas dan kedua belas, dan dua buah pada hari ketiga belas dan keempat belas. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua. Pada fase *baseline* kedua (A₂), subjek A menunjukkan respon 'Ya' sebanyak dua buah berturut-turut pada hari pertama hingga hari keempat, satu buah pada hari kelima dan keenam, dan dua buah pada hari ketujuh. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua.

Data tersebut kemudian diubah dalam bentuk persentase. Pada fase *baseline* pertama (A₁), subjek A menunjukkan respon 'Ya' terhadap aspek lama waktu makan kurang dari 30 menit dengan persentase sebesar 100%, 0%, 0%, 100%, 50%, 0%, 50%, dengan rata-rata sebesar 42,9%. Pada fase perlakuan (B), subjek A menunjukkan respon 'Ya' dengan persentase sebesar 100%, 100%, 50%, 50%, 100%, 50%, 50%, 100%, 100%, 100%, 50%, 50%, 100%, 100%, dengan rata-rata sebesar 78,6%. Pada fase *baseline* kedua (A₂), subjek A menunjukkan respon 'Ya' dengan persentase sebesar 100%, 100%, 100%, 100%, 50%, 50%, 100%, dengan rata-rata sebesar 85,7%.

Berdasarkan rata-rata persentase perolehan respon 'Ya' tersebut, maka dapat dilihat bahwa perilaku makan subjek A pada aspek lama waktu makan kurang dari 30 menit pada fase perlakuan (B) lebih besar, yaitu 78,6% dibandingkan pada fase *baseline* pertama (A₁), yaitu 42,9%, dengan jumlah peningkatan sebesar 35,7%. Sedangkan rata-rata persentase pada fase *baseline*

kedua (A_2), yaitu 85,7% lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata persentase pada fase perlakuan (B), yaitu 78,6% dengan jumlah peningkatan sebesar 7,1%.

3) Aspek Tidak Memilih-milih Makanan



Gambar 8. Grafik *visual inspesction* aspek Tidak Memilih-milih Makanan pada Subjek A

Keterangan:

A_1 : Fase *baseline* pertama (1 minggu)

B : Fase Perlakuan (2 minggu)

A_2 : Fase *baseline* kedua (1 minggu)

Pada fase *baseline* pertama (A_1), subjek A menunjukkan respon 'Ya' pada aspek tidak memilih milih makanan pada waktu makan siang dan makan malam sebanyak dua buah pada hari pertama, nol buah secara berturut-turut pada hari kedua hingga keenam, dan satu buah pada hari ketujuh. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua. Pada fase perlakuan (B), subjek A menunjukkan respon 'Ya' sebanyak dua buah secara berturut-turut pada hari pertama hingga kesembilan, satu buah pada hari kesepuluh, dan dua buah secara berturut-turut pada hari kesebelas hingga hari keempat belas. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua. Pada fase *baseline* kedua (A_2), subjek A menunjukkan respon 'Ya' sebanyak dua buah berturut-turut pada hari pertama hingga hari ketujuh. Poin tertinggi pada fase ini adalah dua.

Data tersebut kemudian diubah dalam bentuk persentase. Pada fase *baseline* pertama (A_1), subjek A menunjukkan respon 'Ya' terhadap aspek tidak memilih-milih makanan dengan persentase sebesar 100%, 0%, 0%, 0%, 0%, 0%, 50%, dengan rata-rata sebesar 21,4%. Pada fase perlakuan (B), subjek A menunjukkan respon 'Ya' dengan persentase sebesar 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 50%, 100%, 100%, 100%, 100%, dengan rata-rata sebesar 96,4%. Pada fase *baseline* kedua (A_2), subjek A menunjukkan respon 'Ya' dengan persentase sebesar 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, 100%, dengan rata-rata sebesar 100%.

Berdasarkan rata-rata persentase perolehan respon 'Ya' tersebut, maka dapat dilihat bahwa perilaku makan subjek A pada aspek tidak memilih-milih makanan pada fase perlakuan (B) lebih besar, yaitu 96,4% dibandingkan pada fase *baseline* pertama (A_1), yaitu 21,4%, dengan jumlah peningkatan sebesar 75%. Sedangkan rata-rata persentase pada fase *baseline* kedua (A_2), yaitu 100% lebih

tinggi dibandingkan dengan rata-rata persentase pada fase perlakuan (B), yaitu 96,4% dengan jumlah peningkatan sebesar 3,6%.

Berdasarkan data ketiga aspek perilaku makan pada subjek A tersebut dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan sebesar 100% pada aspek mau makan sendiri ketika fase perlakuan (B) dan terjadi penurunan sebesar 21,4% setelah fase perlakuan (B). Pada aspek lama waktu makan kurang dari 30 menit terjadi peningkatan sebesar 35,7% ketika fase perlakuan (B) dan terjadi peningkatan sebesar 7,1% setelah fase perlakuan (B). Sedangkan pada aspek tidak memilih-milih makanan terjadi peningkatan sebesar 75% ketika fase perlakuan (B) dan terjadi peningkatan sebesar 3,6% setelah fase perlakuan (B).

B. Pembahasan

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa subjek R mengalami perubahan drastis. Pada awalnya subjek tidak mau makan atau makan hanya sebanyak tiga atau empat suap saja dan lebih banyak jajan, ketika perlakuan diberikan, semua indikator perlakuan makan muncul pada waktu makan siang dan makan malam dan berlangsung secara konsisten selama fase perlakuan (B). Perilaku jajan yang dikontrol pun tidak pernah terjadi. Akan tetapi hal tersebut hanya bertahan selama perlakuan diberikan, pada saat fase *baseline* kedua (A₂) ketika subjek mengetahui bahwa subjek tidak akan mendapatkan hadiah lagi, semua indikator-indikator tersebut tidak muncul satupun. Perilaku jajan pun muncul kembali. Pada hari pertama hingga hari kelima fase *baseline* kedua (A₂), subjek tidak diberitahu bahwa selama seminggu ini subjek tidak akan mendapatkan stiker yang akan ditukarkan dengan hadiah. Subjek telah berharap akan mendapatkan hadiah selama lima hari fase *baseline* kedua (A₂) ini, kemudian pada hari keenam subjek mengetahui bahwa subjek tidak akan mendapatkan hadiah, subjek langsung menolak untuk makan dan akhirnya semua indikator perilaku makan tidak muncul sama sekali selama dua hari berturut-turut hingga hari ketujuh. Hal ini menunjukkan bahwa subjek R mau makan benar-benar terpaku hanya pada faktor luar atau hadiah saja.

Pemberian pengukuh materi (token) harus selalu disertai dengan pengukuh sosial positif. Pengukuh sosial positif merupakan salah satu tujuan yang harus dicapai dalam penggunaan sistem token ekonomi. Pada akhirnya, diharapkan terjadi perpindahan dari pengukuh materi ke pengukuh sosial dan pengukuh sosial ini dapat diterapkan pada perilaku-perilaku lain yang tidak dikenai program token ekonomi. Hal ini dapat membantu keterampilan sosial pelaksana program maupun subjek (Soekadji, 1983).

Token ekonomi adalah sistem perlakuan untuk mendapatkan bukti (token) setelah melakukan sejumlah perilaku tertentu hingga individu (subjek) mencapai kondisi yang diharapkan (Susanto, 2008). Apabila orangtua tidak terlatih dengan baik, bisa terjadi perilaku-perilaku yang diinginkan tidak diberikan *rewards token*, sedangkan perilaku-perilaku yang tidak diinginkan bisa dihadiah token, kekurangan ini dapat menghasilkan peningkatan perilaku negatif (Susanto, 2008). Pada subjek R, tidak adanya informasi dari ibu subjek sebagai observer mengenai proses pada fase *baseline* kedua (A₂) ini menimbulkan kesalahpahaman pada

subjek. Subjek mempersepsikan bahwa adanya token diikuti dengan perilaku makan, sebaliknya tidak ada token diikuti dengan perilaku tidak makan. Hal ini sesuai dengan teori *law of contingency* oleh Guthrie bahwa S-R ada dalam proses belajar. Kombinasi rangsangan yang disertai gerakan (respon) yang diulang akan cenderung diikuti oleh gerakan (respon) yang sama. *Reinforcement* merubah kondisi stimulus sehingga memunculkan respon yang diharapkan dan mencegah munculnya respon yang tidak diharapkan (Hergenhahn, 2009). Subjek yang awalnya mau makan menjadi tidak mau makan sama sekali, sehingga dibutuhkan proses penyapihan secara bertahap dengan mengurangi jumlah token secara perlahan. Hal ini sesuai pendapat Soekadji (1983) bahwa program ini dapat sangat efektif, maka perlu dikombinasikan dengan prosedur lain salah satunya adalah penyapihan.

Subjek A pada awalnya sangat memilih-milih makanan, ketika makan butuh waktu yang sangat lama sehingga ibu subjek harus menyuapinya dan karena itu, maka subjek hampir tidak pernah makan sendiri. Padahal jika dilihat dari usia subjek, hal tersebut sudah tidak wajar lagi terjadi. Ketika perlakuan diberikan, subjek belajar untuk makan sendiri dengan jangka waktu yang ditetapkan, yaitu tidak lebih dari 30 menit. Subjek juga dituntut untuk tidak memilih-milih makanan. Subjek mampu melakukannya terbukti dengan munculnya semua indikator perilaku makan, walaupun terkadang subjek masih memilih-milih makanan dan ketika makan membutuhkan waktu lebih dari 30 menit. Hal tersebut disebabkan adanya pengaruh suasana hati atau *mood* dan *distraktor* atau pengganggu, yaitu nonton televisi, adanya teman subjek yang datang dan bermain. Martin dan Pear (1992) menyebutkan di dalam prosedur token ekonomi diperlukan adanya penanganan terhadap masalah potensial yang mungkin terjadi dengan cara melakukan perencanaan terlebih dahulu. Adanya *distraktor* bila tidak dapat diantisipasi dengan baik, maka akan merusak sistem token ekonomi yang diberikan.

Walaupun secara umum penelitian ini dapat dianggap berhasil, namun penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan yaitu: tidak adanya kesepakatan pemberian token kepada anak. Metode observasi yang digunakan berupa *time sampling* hanya pada waktu makan siang dan makan malam, tanpa adanya observasi pada waktu sarapan atau tanpa memperhatikan intensitas makan anak dalam sehari dikarenakan waktu sarapan yang singkat sehingga tidak memungkinkan dalam pengambilan data. Penetapan dan pengurangan jumlah token tidak terjadi secara merata, pada minggu kedua fase perlakuan (B) hanya dua indikator saja yang sama-sama dikurangi satu, pada minggu pertama pemberian token pada indikator pertama tiga buah, indikator kedua dua buah, dan indikator ketiga satu buah. Pada minggu kedua fase perlakuan (B) pengurangan pemberian stiker menjadi pada indikator pertama dua buah, indikator kedua satu buah, dan indikator ketiga tidak mengalami pengurangan tetap menjadi satu buah. Pemberian token ini sangat berpengaruh terhadap jumlah token yang dikumpulkan oleh subjek sehingga pemberian dan pengurangan token harus dipertimbangkan dan direncanakan dengan baik. Token yang terlalu banyak akan menimbulkan kejenuhan, sebaliknya token yang terlalu sedikit dan proses pengumpulan untuk

dapat memperoleh hadiah terlalu lama akan membuat subjek tidak mau berusaha memperoleh token.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas dapat diketahui bahwa ada peningkatan perilaku makan anak setelah mendapat perlakuan, yaitu pada subjek R sebesar 72%, khususnya pada aspek tidak memilih-milih makanan dengan persentase peningkatan sebesar 100%. Pada subjek A sebesar 70,1%, khususnya pada aspek mau makan sendiri, dengan persentase peningkatan sebesar 100%, dengan kata lain terjadi peningkatan perilaku makan, sehingga dapat disimpulkan bahwa token ekonomi dapat meningkatkan perilaku makan pada anak sekolah yang mengalami sulit makan dan dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Bernard R. S., Cohen L. L., and Moffett K. 2009. A Token Economy for Exercise Adherence in Pediatric Cystic Fibrosis: A Single-Subject Analysis. *Journal of Pediatric Psychology*. Vol. 34 Issue 4, p354-365, 12p, 1 Chart, 4 Graphs.
- Cameron, J. R., Skofronick, J. G., and Grant, R. M. 2006. *Fisika Tubuh Manusia Edisi 2*. Penerjemah: dr. Brahm U. Pendit. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Dugard, P., File, P., and Todman, J. 2012. *Single Case and Small-n Experimental Designs: A Practical Guide To Randomization Tests Second Edition*. New York: Routledge Taylor and Francis Group.
- Furqonita, D. 2007. *Seri IPA Biologi 2 SMP Kelas VIII*. Yogyakarta: Penerbit Yudhistira.
- Hadi, Sutrisno. 2001. *Metodologi Research Jilid 2*. Yogyakarta: Andi.
- Hergenhahn, B. R. 2009. *An Introduction to the History of Psychology: Sixth Edition*. California: Wadsworth. Pg. 439.
- Isacco, L., Lazaar, N., Ratel, S., dkk. 2010. The Impact of Eating Habits on Anthropometric Characteristics in French Primary School Children. *Child: Care, Health & Development*. Vol. 36 Issue 6, p835-842, 8p, 4 Charts.
- Judarwanto, W. 2005. *Kesulitan Makan Pada Anak: Klinik Kesulitan Makan Anak*. Jakarta: Children Family Clinic. <http://www.childrenfamily.com>. 27 Desember 2011.
- Judarwanto. 2006. *Parenting Health Picky Eaters (Kesulitan Makan Pada Anak)*. Jakarta: Picky Eaters Clinic. <http://kesulitanmakan.blogsome.com>. 16 Januari 2012.
- Judarwanto. 2007. *Kesulitan Makan Pada Anak: Gangguan Pencernaan, Penyebab Utama Kesulitan Makan Pada Anak*.

<http://dranak.blogspot.com/2007/02/kesulitan-makan-pada-anak.html>. 7
Juni 2012.

- Kurniawan, C. 2006. *Sinopsis Fisiologis*. Yogyakarta: PiDi Publisher.
- Latipun. 2010. *Psikologi Eksperimen*. Malang: UMM Press.
- Martin, G. And Pear, J. 1992. *Behavior Modification: What It Is and How To Do It Fourth Edition*. Prentice-Hall, Inc.
- Meadow, R. dan Newell, S. 2009. *Lecture Notes: Pediatrika*. Jakarta: Erlangga.
- Miltenberger, R. G. 2004. *Behavior Modification: Principle and Procedures Fourth Edition*. California: Wadsworth.
- Nenggala, A. K. 2006. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Sekolah Menengah Pertama, Jilid 1*. Bandung: PT Grafindo Media Pratama.
- Okamoto, A., dkk. 2002. A behavior therapy program combined with liquid nutrition designed for anorexia nervosa. *Psychiatry & Clinical Neurosciences*. Vol. 56 Issue 5, p515-520, 6p.
- Poenirah. 2002. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesulitan Makan pada Anak*. Depok: FIK UI
- Robertson, C. 2010. *Safety, Nutrition, and Health in Early Education, Fourth Edition*. California: Wadsworth Cengage Learning.
- Soekadji, S. 1983. *Modifikasi Perilaku : Penerapan Sehari-hari dan Penerapan Profesional*. Yogyakarta: Lyberty
- Sunaryo. 2004. *Psikologi untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Susanto, E. 2008. *Ekonomi Token, Tips Mendidik Anak Kreatif*. <http://eko13.wordpress.com/2008/05/18/ekonomi-token-tips-mendidik-anak-kreatif/>. 28 Oktober 2011.
- Tarbox, R. S. F., Ghezzi, P. M., dan Wilson G. 2006. The effects of token reinforcement on attending in a young child with autism. *Behavioral Interventions*. Vol. 21 Issue 3, p155-164, 10p, 1 Graph.
- Wade, C., dan Carol, T.. 2007. *Psikologi*, Edisi 9. Jakarta: Erlangga.
- Watson, T. S., dan Gotestam, F. M. 1998. *Handbook of Child Behavior Therapy*. New York : Plenum Press.

TINJAUAN PUSTAKA

MASALAH MAKAN PADA ANAK

Sudjatmoko*

*RS Mardirahayu, JL. AKBP. R. Agil
Kusumadya 110 Kudus.

ABSTRACT

Feeding problems is common issue while parent bring their children to physician. There are many descriptions about this topic such as picky or faddy, fear of new food, loose in appetites, refusal to eat. Caregiver mismanagement and a lack of acknowledgement eating process from liquid to semisolid or solid food (weaning process), quantity, texture and flavors of food, forced their children to eat are causes this behavioral- mealtime problems. There are three type child-feeding patterns: highly controlling, laissez-faire, and responsive parenting, which affect in ability to control meal timing, meal size, and food selection. Good appetite in infants often becomes a fair or poor in young and preschool age children. The major influences on food intake include family environment, societal trends, the media, peer pressure and illness or diseases. When infant and toddler are growing and development normally, parent should reassure no investigation indicated. Careful history when face this case is a key role in managed this issue. The American Academy of Pediatrics does not support giving healthy children routine supplements of vitamins or minerals other than fluoride. It will generally managed by multidisciplinary teams, if there are cases that are more complicated.

Key words: feeding problem, appetite, mealtime

PENDAHULUAN

Gagal tumbuh, kolik, vomitus, dan konstipasi, merupakan masalah yang berhubungan dengan pemberian makan pada anak. Walaupun penyebab organik yang membuat para orangtua cemas, hanyalah sebagian kecil, pemeriksaan dengan seksama rutin dilakukan. Tidak ada definisi gagal tumbuh yang diterima secara universal, tetapi yang paling mendekati adalah kegagalan untuk mencapai berat badan yang sesuai.¹

Makan merupakan proses terpenting dalam tumbuh kembang seorang anak. Pada saat makan terjadi interaksi antara anak dengan orang tua, sehingga pendapat "pintar mengurus anak" merupakan suatu penghargaan yang tak ternilai bila anak mereka mau makan. Lebih kurang 25–40 % bayi dan balita mengalami masalah makan yang bersifat sementara.^{2,3} Terkadang masalah ini menetap sehingga membutuhkan bantuan tenaga ahli. Pada penelitian anak usia prasekolah di Jakarta, didapatkan prevalensi kesulitan makan sebesar 33,6%.⁴ Empat puluh lima persen anak yang mempunyai masalah makan, dengan keluhan utama tidak ada nafsu makan, ternyata

memiliki berat dan tinggi badan yang normal. Sibuknya orangtua di perkotaan menyebabkan persepsi "susah makan" menjadi meningkat, sehingga susu dijadikan sebagai makanan atau menu utama anak mereka tanpa disertai makanan padat. Topik ini menjadi pembicaraan yang umum dalam ruang praktek ketika mereka membawa anaknya berobat. Informasi yang didapat dari orang tua atau pengasuh menyatakan bahwa bila anak tidak makan nasi diasumsikan susah makan atau tidak mau makan.³

MASALAH MAKAN

Beberapa istilah dipakai untuk menggambarkan kesulitan makan pada anak, seperti *pickiness* (Amerika Serikat) dan *faddiness* (Inggris), yang berarti suka memilih-milih makanan. *Picky Eating* atau hanya mau makanan tertentu merupakan proses normal yang sering terjadi pada balita dan tidak akan berlangsung lama.⁵ Ada yang berpendapat bahwa anak sehat yang waktu makannya lebih lama dari 30 menit tergolong gangguan perilaku makan.⁶ Menurut Samsudin, masalah makan yang dikaitkan dengan bidang nutrisi klinis anak adalah segala sesuatu yang berkaitan dengan ketidakmampuan bayi atau anak

untuk mengkonsumsi sejumlah makanan yang diperlukannya secara alamiah dan wajar dengan menggunakan mulutnya secara sukarela.⁴ Penelitian di Amerika menemukan empat pola makan pada anak yaitu (1) menolak makan; (2) meminta jenis makanan tertentu, (3) makan hanya sedikit; (4) *picky*.⁷ Umumnya hal yang disebutkan diatas ini tidak mengalami pengu-rangan masukan zat gizi sehingga tumbuh kembang tidak mengalami gangguan. Terdapat enam situasi makan yang merupakan bagian dari dinamika tumbuh kembang anak yang normal yaitu (1) *food jag* (makan hanya satu jenis makanan); (2) *food strikers* (menolak apa yang disajikan dan minta makanan yang lain); (3) *tv habit* (akan makan bila menonton televisi); (4) *the complainers* (selalu mengeluh apa yang disajikan); (5) *white food diet* (hanya makan yang berwarna putih seperti roti, kentang, makaroni, atau nasi saja); dan (6) takut mencoba makanan baru.⁸

GEJALA-GEJALA YANG MUNGKIN TIMBUL PADA GANGGUAN PEMBERIAN MAKAN¹

Possetting, Vomitus, dan Gastro-esophageal Reflux (GOR)

Possetting atau '*innocent vomiting*' adalah regurgitasi tanpa tenaga dan berulang, sejumlah susu segera setelah pemberian makan. Keadaan ini juga disebut sebagai GOR fisiologis. Hal ini disebabkan imaturitas mekanisme *sphincter gastro-esophageal*. Keadaan ini akan berkurang dengan sendirinya setelah berusia 1 tahun, terutama setelah pemberian makanan padat.

Vomitus yang terjadi secara proyektil dan persisten selama lebih dari 2 minggu, mengacu pada *stenosis pyloric*, kadang-kadang dijumpai pula pertambahan berat badan yang terhenti. Keadaan ini harus segera dirujuk ke unit pediatrik untuk pemeriksaan lebih lanjut. Diagnosis banding lainnya adalah *overfeeding*, intoleransi protein susu sapi. Apabila ditemukan cairan empedu, perlu dicurigai adanya suatu obstruksi gastrointestinal, yang membutuhkan penanganan segera.

Gambaran yang mengacu pada GOR yang patologis, dan membutuhkan pemeriksaan dan penanganan lebih lanjut adalah sebagai berikut: (1) Pertambahan berat badan yang tidak adekuat. (2) Penolakan makan dan nyeri pada saat pemberian makan. (3) Muntah darah. (4) Batuk yang terus menerus, *wheezing* dan tersedak. (5) Episode apnoe.

Kolik

Penyebab kolik pada bayi masih belum diketahui dengan jelas, tetapi beberapa hal berikut yang banyak

dibahas pada beberapa literatur. Pertama, intoleransi protein susu sapi, laktosa atau produksi gas yang berlebihan menyebabkan kontraksi dari usus yang menimbulkan nyeri. Kedua, interaksi yang tidak baik antara orangtua dengan anak, menyebabkan gangguan perilaku, yang bermanifestasi sebagai kolik.

Konstipasi dan Diare akut

Faktor predisposisi terjadinya konstipasi adalah asupan cairan yang tidak adekuat pada bayi dan asupan susu yang berlebihan pada anak usia sekolah. Penatalaksanaan dengan laksatif kadang diperlukan dan relatif aman pada gejala yang telah berlangsung beberapa bulan. Diare akut merupakan penyebab tersering seorang anak dirawat di rumah sakit. Diare akut biasanya mengacu pada gastroenteritis yang disebabkan virus. Apabila tidak terdapat gejala dehidrasi, makanan biasa dapat tetap diberikan. Dan untuk cairan dapat diberikan dalam bentuk cairan elektrolit dan glukosa. Apabila terdapat gejala dehidrasi, maka makanan harus dihentikan sampai tercapai rehidrasi

Overfeeding

Mekanisme selera makan dan rasa kenyang, memungkinkan bayi untuk mengontrol jumlah energi yang dicerna. Pada penelitian pada hewan percobaan, bahwa pemberian makanan yang berlebihan pada saat bayi, akan meningkatkan faktor predisposisi untuk menjadi obesitas di kemudian hari, karena sel adiposit yang meningkat jumlahnya.

Alergi Makanan

Merupakan reaksi yang merugikan akibat makanan yang menyebabkan beberapa gejala. Yang harus dibedakan adalah intoleransi makanan dengan alergi makanan. Pada alergi makanan terdapat reaksi imunologi yang abnormal (dimediasi oleh *antibody*, limfosit T, atau keduanya).

PROSES PERKEMBANGAN MAKAN ANAK⁸⁻¹⁰

Sejak dilahirkan sampai usia 6 bulan, WHO menganjurkan bayi sebaiknya hanya minum air susu ibu. Perkumpulan dokter anak Amerika Serikat, merekomendasikan ASI sampai usia 1 tahun dan dilanjutkan selama ibu dan bayi masih menginginkannya. Penyapihan merupakan masa perubahan asupan makanan bayi dari makanan cair, berupa ASI atau susu formula menjadi makanan padat yang bervariasi. Pada masa ini, ASI tetap dilanjutkan karena hal tersebut bisa menyediakan sepertiga sampai setengah kebutuhan energi hingga usia 1 tahun. Usia 4-6 bulan

koordinasi neuromuskular berkembang dengan baik, seperti proses mengontrol kepala dan leher, proses perkembangan menghisap dan mengunyah sehingga makanan padat seperti makanan yang disaring terlebih dahulu dapat diberikan. Sereal dapat diberikan melalui sendok dan tidak dianjurkan diberikan dalam botol susu. Pada umumnya bayi akan menerima makanan padat yang disajikan dengan porsi yang meningkat secara bertahap. Sullivan dan Birch menyatakan bahwa bayi yang minum ASI, porsi makannya akan lebih banyak dibandingkan dengan yang minum susu formula. Usia 5 bulan bayi bisa memindahkan makanan dari tangannya untuk dimasukkan ke dalam mulut. Makanan yang dapat menyebabkan aspirasi atau tersedak seperti buah anggur, roti sosis, atau roti dengan selai kacang hendaknya tidak diberikan. Di antara usia 9–18 bulan, umumnya asupan ASI dan susu formula akan berkurang sehingga mereka akan sangat rewel dalam hal makan baik dalam porsi ataupun jenisnya. Mendekati usia 1 tahun mereka sudah dapat minum dari gelas dengan baik. Pada saat usia 2 tahun, kemampuan memegang sendok, memutar pergelangan tangan, mengangkat bahu, mengalami tahap kemajuan dengan baik sehingga mereka dapat makan dengan sendiri. Umumnya lantai, baju, dan peralatan yang dipakai akan kotor dan berantakan. Orang tua dan pengasuh se-baiknya jangan menghalangi hal tersebut, karena akan mengakibatkan anak tidak mandiri dalam kegiatan makan. Dalam penyajian, makanan dibuat agar anak dapat menyantap dan mengambilnya dengan mudah, seperti daging yang dipotong kecil-kecil, kentang atau sayuran yang dilembutkan. Peralatan makan sebaiknya memudahkan anak memakainya seperti gelas yang kecil dan mudah dipegang atau piring yang tidak mudah tumpah bila diisi makanan. Anak biasanya akan menolak dulu bila diberi makanan baru, tetapi bila dikenalkan dalam porsi kecil secara rutin, mereka akan menerimanya. Harus diperhatikan pula porsi sajian untuk anak supaya mereka dapat menghabiskan apa yang disajikan, yaitu usia 1 tahun sepertiga sampai setengah porsi dewasa, usia 3 tahun setengah porsi dewasa, usia 6 tahun dua pertiga porsi dewasa. Variasi makanan dalam rasa dan tekstur sejak masa bayi berdampak terbentuknya individu yang menyukai berbagai macam makanan termasuk buah dan sayur. Aktivitas yang kurang, terlalu berlebihan, dan kelelahan bisa mengakibatkan anak menolak makan. Pada saat anak tenang dan ceria, misalnya dengan membacakan buku cerita, aliran asam lambung akan kembali meningkat sehingga mereka akan berselera untuk makan.

SIKAP, TINGKAH LAKU DAN PERANAN ORANG TUA^{8,9,11}

Faktor sosio-budaya serta pengetahuan orang tua menentukan keberhasilan dalam pembinaan makan anak. Ada tiga tipe orangtua dalam pemberian makan anak yaitu *controlling*, *laissez-faire*, *responsive*. *Controlling* merupakan sikap orangtua yang menentukan dan mengontrol porsi, waktu, dan menu makan anak sehingga orang tua terkesan bersikap otoriter. *Laissez-faire* merupakan sikap yang kontradiksi dari *controlling*, sehingga tidak ada paksaan terhadap anak meskipun anak tergolong gizi kurang. Pada responsif orangtua akan selalu berada dekat dengan anaknya, mereka selalu merespon tangisan anak mereka dengan memberinya makan. Perilaku ibu ini akan berpengaruh dalam pemilihan dan penyiapan makanan dan keamanannya, yang akan mempengaruhi fungsi endokrin dan fungsi fisiologis lainnya. Orangtua yang terlalu mengatur atau otoriter akan menghambat regulasi proses makan anak secara mandiri sehingga mereka cenderung kelebihan berat badan.

Melihat 3 hal di atas, penolakan makan pada anak bisa diakibatkan orangtua yang memiliki perhatian yang terlalu berlebih. Dengan cara menolak makan, anak akan mendapat perhatian yang diinginkannya. Bila anak menolak menghabiskan porsi makan mereka, sebaiknya piring makan diangkat tanpa disertai komentar. Tidakan tersebut merupakan hal tersulit bagi orangtua dibanding anak mereka. Diharapkan pada jam makan berikutnya anak akan menikmati menu yang disajikan karena perut yang lapar. Membuat suasana yang menyenangkan dan makan bersama di meja makan sebaiknya dilakukan sejak anak sudah menyantap makanannya sendiri, sehingga anak dapat mempelajari *table manner*. Anak balita merupakan peniru ulung terhadap orang yang dikaguminya, sehingga orang tua diharapkan berkomenter secara bijak terhadap makanan yang disajikan.

SELERA DAN POLA MAKAN PADA ANAK¹²

Nafsu makan atau selera makan biasa diartikan sebagai rasa senang atau rasa ingin yang ditimbulkan oleh rangsangan makanan, berupa aroma atau penampilan, dan keputusan untuk memilih makanan tertentu.³ Selera makan yang baik pada bayi akan berubah mejadi kurang baik pada saat mereka menginjak usia prasekolah sehingga dapat membuat khawatir orangtua. Faktor-faktor yang mempengaruhi pola dan selera makan anak berupa lingkungan

keluarga, tren sosial, media massa, teman sebaya, pada saat sakit, obat-obatan.

Lingkungan keluarga

Keluarga sangat berpengaruh terhadap pembentukan pola makan anak, sehingga mereka akan mencontoh saudara tertua atau anggota lainnya. Kebiasaan makan, jenis makanan yang disukai atau tidak disukai orangtua akan menurun kepada anaknya. Anak yang obesitas atau yang suka diet biasanya mengikuti pola makan orangtua mereka. Dengan kesibukan orangtua, makan bersama merupakan hal yang jarang dilakukan, termasuk menentukan dan mempersiapkan menu makan keluarga. Anak yang makan malam bersama keluarga, akan menyukai sayuran dan buah-buahan, jarang minum soda dan makanan gorengan. Sedangkan anak yang jarang makan malam bersama keluarganya akan memiliki pola makan sebaliknya.

Tren sosial

Di Amerika Serikat, tiga perempat ibu yang anaknya bersekolah adalah pekerja, sehingga anak mereka akan makan di tempat penitipan atau di sekolah. Dengan terbatasnya waktu dalam mempersiapkan menu makan, maka makanan cepat saji menjadi pilihan. Pendapat lain mengatakan bahwa orang tua yang bekerja tidak berpengaruh secara negatif terhadap selera makan anak.

Media massa

Setengah dari program anak di televisi biasanya akan mengiklankan makanan. Anak usia pra-sekolah belum dapat mengerti pesan dari iklan komersial tersebut, tetapi pada kenyataannya mereka akan mengingat dan meminta makanan dari tayangan yang ditontonnya. Televisi dianggap pula sebagai faktor yang menyebabkan obesitas pada anak usia sekolah, karena berakibat kurang dalam beraktivitas dan merupakan kegiatan pasif dalam mengisi waktu luang.

Teman sebaya

Teman sangat berpengaruh dalam pemilihan dan sikap makan anak. Biasanya anak secara mendadak menolak makanan yang disajikan dan meminta makanan yang sedang populer. Mereka akan berpartisipasi pada makan bersama di sekolah karena ada teman sepermainan tanpa memperdulikan menu yang disajikan. Dengan makan dalam kelompok, anak akan makan dengan variasi menu yang bergizi dan porsi yang lebih banyak dibanding menyantapnya seorang diri.

Pada saat sakit

Anak yang sedang sakit akan mengalami penurunan selera makan dan asupan makanan. *Gastroesophageal reflux*, dan alergi terhadap makanan tertentu dapat mengakibatkan perasaan mual atau tidak nyaman sehingga anak mendapatkan persepsi negatif terhadap makanannya.

Obat-obatan^{3,6}

Megesrol, glukokortikoid, dan siproheptadin adalah obat-obat yang dapat meningkatkan nafsu makan anak. Sedangkan amfetamin memiliki efek sebaliknya. Beberapa obat juga dapat memiliki efek samping pada saluran pencernaan, seperti mual, muntah, nyeri disebabkan oleh zat besi. Amoxicillin menimbulkan efek mual dan muntah. Obat yang termasuk golongan anti inflamasi non steroid menyebabkan kerusakan dinding mukosa. Obat psikotropika menimbulkan efek kesulitan menelan dan penurunan kesadaran.

PENATALAKSANAAN

Pemeriksaan antropometri

Berat dan tinggi badan anak perlu diperhatikan dalam hal ini sehingga dapat dinilai status gizi anak serta tumbuh kembang yang sesuai dengan kurva pertumbuhan mereka. Perlu dijelaskan kepada orangtua secara baik karena terkadang mereka panik melihat anak mereka yang kecil meskipun asupan makanannya baik.³ Pada usia 2 sampai 5 tahun, berdasarkan kurva tumbuh kembang "*National Center for Health Statistics*", anak akan mengalami perlambatan dalam perkembangannya. Dengan demikian kalori yang dibutuhkan tidak sebanyak pada saat mereka bayi. Bila status gizinya baik, maka dijelaskan kepada orangtua bahwa anak hanya perlu dikembangkan makanan kesukaannya tanpa perlu dilakukan pemeriksaan lebih lanjut. Apabila ditemukan gizi kurang dan kelainan organik maka sebaiknya dirujuk ke tenaga ahli dalam disiplin ilmu tertentu seperti gastroenterologis, psikiater, psikologi dan sebagainya.

Anamnesa pola makan

Dalam hal ini perlu ditanyakan siapa yang mengurus dan mempersiapkan makanan karena akan ada hubungannya dengan perilaku makan anak. Bila tidak memahami hal ini, akan menimbulkan konflik antara orangtua atau pengasuh dengan anak dalam proses makan. Kebiasaan mengonsumsi makanan atau jajanan yang manis seperti permen, coklat, teh botol, dan sebagainya dapat mengakibatkan timbulnya rasa

kenyang. Hal ini disebabkan karena asupan glukosa yang tinggi mengakibatkan "rem" terhadap nucleus lateralis sehingga menimbulkan rasa kenyang.⁴ Susu yang berlebih merupakan salah satu sebab gangguan pola makan. Kebijakan makan yang harus disampaikan dan dibina kepada orangtua yaitu berikan ASI setelah lahir dan lanjutkan ASI eksklusif selama 6 bulan. Setelah usia 6 bulan, dilanjutkan dengan pemberian makanan padat secara bertahap tanpa menghentikan ASI. Konsistensi makanan disesuaikan dengan kemampuan dan kebutuhan anak, seperti usia 6 bulan makanan saring atau semi padat yang dilunakkan dengan ASI, usia 6–11 bulan makanan lebih padat, usia 8 bulan beri makanan yang bisa dipegang (*finger like*), usia 12 bulan transisi ke makanan keluarga.⁸ Selain itu frekuensi pemberian makanan perlu ditingkatkan secara bertahap melalui kombinasi makanan dan camilan sebagai berikut: usia 6–8 bulan (makan 2–3 kali sehari), usia 9–12 bulan (makan 3–4 kali sehari), usia 12–24 bulan (makan 4–5 kali sehari). *Food rules* dalam membina pola makan anak yang baik dapat dilihat pada tabel.^{1,5,8,12} Pada Tabel 2 dijelaskan pula strategi dalam menghadapi anak yang *picky eater*.³ Vitamin merupakan obat yang dipercaya para orangtua dapat mengatasi kesulitan makan anak, hendaknya diresepkan secara bijak dalam menghadapi masalah ini. *The American Academy of Pediatrics* tidak menganjurkan pemberian multivitamin dan mineral pada anak sehat secara rutin kecuali fluor.¹² Perlu ditekankan kepada orangtua bahwa dalam mengevaluasi asupan makan anak sebaiknya dilakukan dalam seminggu dan bukan berdasarkan asupan pada saat mereka makan. Anak dapat makan banyak pada keesokan harinya dibanding hari ini ataupun sebaliknya.⁵

Tabel 1. Food rules dalam membina pola makan anak

1. Jangan memberikan snack atau susu 1-1,5 jam sebelum waktu makan⁷, dimana susu dibatasi hanya 2-3 gelas sehari
2. Penjadwalan makan yang baik dan teratur waktu makan tidak lebih dari 30 menit
3. Tidak menawarkan makanan lain selain menu yang disajikan kecuali air
4. Sebaiknya duduk di kursi dan tidak bermain ketika makan
5. Penyajian dalam porsi kecil dan jangan terlalu sering minum
6. Hentikan proses makan bila dalam 10-15 menit anak hanya bermain dan bila mereka marah sambil melempar menu yang disajikan
7. Jangan membersihkan mulut anak kecuali bila proses makan telah selesai
8. Biasakan anak menyantap makanan sendiri sedini mungkin

Tabel 2. Strategi menghadapi anak *picky eater*

1. Jangan memancing nafsu makan anak dengan *junk food* atau makanan siap saji
2. Pengasuh atau orang tua hendaknya kreatif dalam menyajikan menu makan anak
3. Porsi makan sebaiknya tidak terlalu banyak
4. Sajikan menu makan baru yang sama 10-20 kali pertemuan
5. Buatlah makanan semenarik mungkin
6. Konsistensi makanan harus disesuaikan dengan yang menyantapnya
7. Tambahkan saus yang anak suka atau keju parut untuk menambah kalori

KESIMPULAN

Masalah makan pada anak merupakan hal yang umum dalam praktek sehari-hari yang lebih disebabkan karena gangguan perilaku *picky* dan berdasarkan persepsi orangtua atau pengasuh. Perilaku ini merupakan proses dalam tumbuh kembang anak yang hanya bersifat sementara sehingga mereka tidak akan membiarkan dirinya kelaparan seperti yang dikuatirkan orangtua terhadap masalah ini. Anamnesa yang baik dalam menghadapi kasus ini merupakan kunci dalam penatalaksanaanya sehingga vitamin bukanlah obat yang dapat mengatasi masalah tersebut. Perlu ditegaskan kepada orangtua dan pengasuh bahwa susu yang berlebih merupakan salah satu pencetus masalah makan pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

1. Puntis JWL. Feeding problems in infant. In: Holden C, MacDonald A, Wharton B, editors. *Nutrition and Child Health*. London: Bailliere Tindall; 2000.
2. Bonnin B. Feeding problems of infant and toddlers. Diunduh dari: <http://www.cpfcc.ca/cpfcc/2006>.
3. Katz R, Manikam R, Schuberth L. Pediatric feeding problems. In: Schils EM, editor. *Modern Nutrition and Disease*. 10th ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2006. p. 875-80.
4. Nasar SS. Masalah makan pada anak. Dalam: Pulungan BA, penyunting. *Makalah lengkap kongres nutrion growth-development, continuing professional development IDAI*, Jakarta; 2006, hal. 53-68.
5. Steps towards lifelong healthy eating. Diunduh dari <http://www.naspgan.org>.
6. Rudolph CD, Link TD. Feeding disorders in infant and children. In: Mascarenhas RM, Piccoli AD, editors. *The Pediatric Clinics of North America, Pediatric Gastroenterology and Nutrition*, vol. 49 no. 1. WB Saunders; February 2002. p. 97-109.
7. Wright MC, Parkinson NK, Shipton D. How do toddler eating problems relate to their eating behavior, food

- preferences and growth? Available at: <http://www.pediatrics.org> editor.
8. Hamzah SE. Masalah makan pada anak. Dalam: Yati PN, penyunting. Deteksi dan intervensi dini gangguan tumbuh kembang anak. Hot Topic in Pediatrics, Simposium Nasional IDAI cabang Banten, 16-17 Desember 2006, hal. 59-65.
 9. Stump ES, Mahan K. Nutrition in childhood. In: Krause's, editor. Food, Nutrition & Diet Therapy. 11th ed. Philadelphia: Saunders Elsevier; 2004. p. 268-74.
 10. Michaelsen MK. Complimentary feeding. In: Feeding of infants and young children : Guidelines for WHO European region, with emphasis in the former Soviet countries (WHO regional publication, European series 87). p. 198. Available at: [http : www.who.org](http://www.who.org).
 11. Birch LL, Fisher AJ. Appetite and eating behavior in children. In: Gaull EG, editor. The Pediatric Clinics of North America, Pediatric Nutrition, vol. 42 no. 4, WB. Saunders. Agustus 1995. p. 931-50.
 12. Stump ES, Mahan K. Nutrition in childhood. In: Krause's, editor. Food, Nutrition & Diet Therapy. 11th ed. Philadelphia: Saunders Elsevier; 2004. p. 226-32.

PENGARUH PEMBERIAN TOKEN EKONOMI TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA SEKOLAH DASAR

Muriyawati, & Faridah Ainur Rohmah
Fakultas Psikologi
Universitas Ahmad Dahlan
Jalan Kapas No. 9 Yogyakarta
Email : muri_wati@yahoo.com

ABSTRACT

This research aims to know the effectiveness of the methods of granting token economy on children's learning motivation of students in fourth grade elementary school. This research used a method of experimentation with pretest-posttest design control group design. The measuring instruments used in the study of behaviour checklist, which is a tool of observation in the form of a list containing the numbers of subjects and behaviours-behaviours that are expected to arise during research.

A subject of study as many as 39 graders four state elementary school jongkang, sleman, namely 17 students referred to group of experimen and 22 students the control group. Age child was in range 9-10 years. The data of research was analyzed used technique analsis uji-t, namely paired sample t-test and independent sample t-test.

T-test analysis results paired sample t-test on the pretest and posttest data experimental group t value = -4,208 with $p = 0.001$ ($p < 0.01$), it means the method token economy effect of positive learning motivation of students. Furthermore, the results of the analysis of test-t independent samples t-test using gain score on data group posttest experimental and control group showed the value of $t = 3,073$ with $p = 0,004$ ($p < 0.01$), it means that groups have a change of learning motivation is higher compared to the control group.

The conclusions of this research showed that the method token economy can affect the learning motivation of students, particular interest in learning, concentration of lessons in learning, persistence, and attention to the lesson.

Keywords: elementary school students learning Motivation, the token economy

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pemberian metode token ekonomi terhadap motivasi belajar siswa pada anak kelas empat Sekolah Dasar. Metode yang digunakan adalah metode eksperimen dengan design *pretest-posttest control group design*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian berupa *behaviour*

checklist, yaitu alat observasi yang berupa daftar yang berisi nomor-nomor subjek dan perilaku-perilaku yang diharapkan muncul selama penelitian. Subjek penelitian sebanyak 39 siswa kelas empat Sekolah Dasar Negeri Jongkang, Sleman, yaitu 17 siswa termaksud kelompok eksperimen dan 22 siswa kelompok kontrol. Usia anak dalam rentang 9-10 tahun. Data yang diperoleh dari penelitian ini dianalisis menggunakan teknik analisis uji-t, yaitu *paired sample t-test* dan *independent sample t-test*. Hasil analisis uji-t *paired sample t-test* pada data *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen nilai $t = -4,208$ dengan $p = 0,001$ ($p < 0,01$), artinya metode token ekonomi berpengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa. Selanjutnya, hasil analisis uji-t *independent sample t-test* dengan menggunakan *gain score* pada data *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan nilai $t = 3,073$ dengan $p = 0,004$ ($p < 0,01$), artinya kelompok eksperimen memiliki perubahan motivasi belajar yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa metode token ekonomi dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa, khususnya minat dalam belajar, konsentrasi terhadap pelajaran, ketekunan dalam belajar, dan perhatian terhadap pelajaran.

Kata kunci: Motivasi belajar siswa sekolah dasar, token ekonomi

Pendahuluan

Sekolah Dasar adalah sarana proses pembelajaran awal pendidikan ketika seorang anak berusia tujuh tahun yang telah mengikuti program pendidikan usia dini dan pendidikan kanak-kanak. Sekolah Dasar juga merupakan sarana pendidikan bagi setiap anak sebagai tempat untuk memperoleh ilmu pengetahuan dan sebagai langkah awal pendidikan sebelum melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi sehingga tercapainya suatu cita-cita. Menurut Munandar, masa anak sekolah diawali dengan tercapainya kematangan bersekolah, dan seorang anak dapat dikatakan matang untuk bersekolah apabila anak telah

mencapai kematangan baik fisik, intelektual, moral maupun sosial (Kasiram, 2003).

Ketika proses belajar mengajar berlangsung di sekolah sering kali tenaga pendidik atau guru berhadapan dengan situasi masalah belajar mengajar. Siswa yang mengobrol di kelas ketika guru sedang menerangkan pelajaran adalah salah satu contoh masalah yang sering ditemukan dan biasa terjadi ketika proses belajar mengajar berlangsung. Seringkali juga tenaga pendidik berhadapan dengan siswa yang prestasi akademiknya bermacam-macam, ada siswa yang prestasi akademiknya baik dan siswa yang prestasi akademiknya kurang baik. Hal

ini tentu bukan semata-mata siswa tersebut dilatarbelakangi dengan IQ yang tinggi atau rendah, tetapi juga dibarengi dengan ada tidaknya motivasi dalam diri siswa untuk belajar sehingga mencapai prestasi yang maksimal.

Motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu dapat tercapai (Sardiman, 2011). Menimbulkan motivasi belajar siswa di sekolah diperlukan adanya peran guru dalam proses interaksi kegiatan belajar mengajar di kelas, karena dengan adanya proses interaksi belajar mengajar diharapkan mampu memberikan dan mengembangkan motivasi belajar siswa agar melakukan kegiatan belajar secara optimal.

Seorang pelajar yang baik bukan hanya dilihat dari kehadirannya setiap hari di sekolah, tetapi harus memiliki motivasi belajar yang menjadikan dirinya aktif dalam proses belajar. Memperhatikan dan mendengarkan penjelasan guru ketika menerangkan pelajaran di kelas, mengerjakan tugas sekolah atau rumah, bertanya kepada guru tentang hal yang belum dipahami, mengemukakan pendapatnya di kelas, dan melakukan diskusi kelompok dengan teman-temannya, Namun pada kenyataannya tidak

sedikit siswa yang masih kurang motivasi belajarnya, seperti halnya siswa yang lebih senang mengobrol di kelas ketika guru sedang menjelaskan pelajaran, malas membuat tugas di sekolah, perilaku mencontek ketika ulangan, dan tidak jarang juga siswa bermain di kelas walaupun guru di ruang kelas. Akibatnya tidak sedikit siswa yang mendapatkan nilai kurang memuaskan ketika mengerjakan tugas harian, ketika ulangan harian, dan ujian sekolah. Tidak sedikit pula siswa yang merasa tidak percaya diri bahkan iri hati ketika nilai yang tertinggi diumumkan namanya di kelas, dan siswa yang memiliki nilai rendah hanya dapat mengagumi siswa yang mendapatkan nilai tertinggi tersebut.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti terhadap siswa di sekolah dasar negeri kabupaten Sleman bahwa terdapat siswa yang motivasi belajarnya masih kurang hal ini terlihat dari perilaku siswa ketika proses belajar berlangsung yaitu adanya siswa yang mengobrol dengan teman sebangku dan adanya siswa yang meletakkan kepalanya di atas meja ketika guru sedang menerangkan pelajaran di kelas, banyaknya siswa yang tidak mengerjakan pekerjaan rumah, tidak menyelesaikan atau menuntaskan tugas sekolah, bercanda atau mengobrol pada saat guru meminta siswa untuk mengerjakan tugas ketika guru tidak. Hasil observasi juga didukung oleh hasil wawancara dengan

beberapa guru yang mengajar siswa kelas IV kabupaten Sleman, yang menyatakan bahwa siswa masih banyak yang tidak mengerjakan pekerjaan rumah dan menyelesaikan tugas sekolah, siswa yang senang mengobrol dengan teman sebangku, siswa yang tidak memperhatikan guru ketika menerangkan pelajaran di kelas. Akibatnya ketika ulangan harian dan ujian sekolah tidak sedikit siswa yang mendapatkan nilai kurang memuaskan.

Berdasarkan kenyataan di atas peran guru sungguh diperlukan untuk membangkitkan motivasi di dalam belajar bagi siswa sehingga hal itu dapat menumbuhkan kegairahan belajar sekaligus menjadi aktif dalam proses pembelajaran, karena apabila siswa yang termotivasi dalam belajarnya akan menghabiskan waktu dan usahanya untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan serius, sebaliknya seorang siswa yang kurang motivasi dalam belajarnya tidak mau belajar secara maksimal.

Motivasi yang berasal dari kata “motif” diartikan sebagai daya upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Motif dapat dikatakan sebagai daya penggerak dari dalam dan di dalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan. Berawal dari kata motif maka motivasi dapat diartikan sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif (Sardiman, 2011).

Memberikan motivasi kepada siswa, berarti sudah menggerakkan siswa untuk bergerak melakukan sesuatu dalam belajar, sesuatu yang pada akhirnya menyebabkan subjek menjadikan belajar sebagai kebutuhan dalam hidup. Secara fisiologis belajar merupakan suatu proses perubahan dalam tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya (Slameto, 1991).

Motivasi belajar adalah kekuatan pendorong atau pengarah perbuatan belajar, pendorong dalam arti pemberi kekuatan yang memungkinkan perbuatan belajar dijalankan (Mujiman, 2008). Motivasi belajar diartikan sebagai kekuatan mental yaitu berupa keinginan, perhatian, kemauan atau cita-cita yang menjadi penggerak atau pendorong terjadinya perilaku belajar (Diyanti & Mujiono, 2002).

Membangkitkan motivasi kepada siswa tidaklah mudah untuk itu diperlukan hubungan dan komunikasi yang baik dengan siswa dan memiliki kesanggupan yang kreatif untuk menguhungkan pelajaran dan motivasi belajar anak disekolah, sehingga siswa menjadi semangat untuk belajar hingga berhasil.

Ciri-ciri motivasi belajar menurut Anderson & Faust (Adawiyah & Widiana, 2009) adalah;

a. Minat dalam belajar

Siswa yang memiliki motivasi belajar yang kuat akan menunjukkan minat yang besar untuk terus belajar. Siswa akan terus tertarik dengan pelajaran-pelajaran yang diterimanya di sekolah dan selalu berusaha mempelajarinya kembali

b. Konsentrasi terhadap pelajaran

Konsentrasi yang penuh terhadap pelajaran yang sedang berlangsung di dalam kelas akan membawa pengaruh yang positif dalam mencapai hasil belajar. Siswa yang mempunyai motivasi belajar yang tinggi akan senantiasa memfokuskan atau mengkonsentrasikan pikirannya pada pelajaran di sekolah, konsentrasinya tidak terpecah pada hal-hal diluar sekolah.

c. Ketekunan dalam belajar

Ketekunan dalam belajar sangat berpengaruh terhadap pencapaian hasil belajar yang baik. Siswa yang memiliki ketekunan dalam belajar tidak mudah merasa putus asa ketika mendapat kegagalan dalam proses belajar. Siswa yang memiliki ketekunan dalam belajar biasanya dikategorikan memiliki motivasi belajar yang tinggi.

d. Perhatian terhadap pelajaran

Siswa yang memiliki motivasi belajar yang kuat selalu memusatkan perhatiannya pada pelajaran dan mengerjakan tugas-tugas yang diberikan dalam belajar. Siswa akan sebanyak mungkin memusatkan perhatian

terhadap pelajaran yang sedang diterangkan oleh guru di dalam kelas.

Karakteristik motivasi belajar sangat penting dimiliki oleh setiap siswa dalam belajar dimana siswa harus memiliki ketekunan dalam menghadapi tugas, ulet menangani suatu masalah dan senang bekerja secara mandiri. Siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi akan bosan pada tugas yang rutin dan akan mempertahankan pendapatnya terhadap hal-hal yang sudah diyakini sehingga dapat menyelesaikan masalahnya dengan tepat.

Sardiman (2011) menyebutkan bahwa ada dua macam motivasi dalam belajar yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi instrinsik merupakan motif-motif yang menjadi aktif atau fungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Misalnya, seorang siswa melakukan kegiatan belajar setiap harinya tanpa menunggu adanya tugas rumah atau ulangan. Sedangkan motivasi ekstirnsik merupakan motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya rangsangan atau dorongan dari luar. Misalnya, seorang siswa belajar karena mengetahui besok akan ada ujian, dengan harapan akan mendapatkan nilai yang baik dan mendaptkan peringkat di kelas.

Menurut Diyanti & Mijiono (2002) ada lima fungsi motivasi belajar bagi siswa yaitu:

- a. Menyadarkan pada kedudukan pada awal belajar, proses dan hasil akhir. Misalnya, setelah seseorang membaca suatu bab buku bacaan, dibandingkan dengan teman sekelasnya yang juga membaca bab tersebut, ia kurang berhasil menangkap isi, maka ia terdorong untuk membaca lagi.
- b. Menginformasikan tentang kekuatan usaha belajar yang dibandingkan dengan teman sebaya. Misalnya, jika terbukti seorang siswa belum memadai, maka ia berusaha setekun temannya yang belajar dan berhasil.
- c. Mengarahkan kegiatan belajar. Misalnya, setelah dia tahu bahwa dirinya belum belajar serius yang terbukti banyak benda gurau maka ia akan mengubah perilaku belajarnya.
- d. Membesarkan semangat belajar. Misalnya, jika ia telah menghabiskan dana belajar dan masih ada adik yang dibiayai orang tua, maka ia berusaha agar cepat lulus.

Menyadarkan tentang adanya perjalanan belajar dan kemudian bekerja yang bersinambungan, individu dilatih untuk menggunakan kekuatannya sedemikian rupa sehingga dapat berhasil.

Witherington dkk. (Mustaqim, 2004), mengatakan bahwa ada faktor-faktor serta kondisi-kondisi yang mempengaruhi atau mendorong perbuatan belajar seseorang yaitu; a) situasi belajar, b) Penguasaan alat-alat

intelektual, c) latihan-latihan yang terpencair, d) penggunaan unit-unit yang berarti, e) latihan yang aktif, f) kebaikan bentuk dan sistem, g) efek penghargaan (*reward*) dan hukuman, h) tindakan-tindakan pendagogis, i) kapasitas dasar.

Hamalik (2002) mengatakan bahwa teknik memotivasi siswa dalam belajar harus berdasarkan kebutuhannya yaitu: pemberian penghargaan atau ganjaran, pemberian angka atau *grade*, keberhasilan dan tingkat aspirasi, pemberian pujian, kompetisi dan kooperasi, serta pemberian harapan. Pemberian hadiah atau pemberian token ekonomi yang dapat berupa peringkat huruf atau angka, tanda-tanda bintang, tanda benar, centang, hadiah idaman, dan lain-lain yang diberikan oleh guru untuk siswa adalah motivasi ekstrinsik yang dapat menumbuhkan dan meningkatkan motivasi belajar siswa di sekolah, hal ini juga berfungsi untuk memperkuat pendapat atau keyakinan siswa atas prestasi yang telah dicapai. *Reward* atau hadiah adalah akibat dari tingkah laku di mana hadiah bisa menyebabkan tingkah laku yang diberi hadiah itu lebih sering terjadi (Alwisol, 2004). Menurut Kartono dan Gulo, (2000) *reward* adalah ganjaran, upah, hadiah, pahala, yang merupakan konsekuensi positif yang mengikuti sebuah tindakan, imbalan yang diterima dengan menjalankan perilaku tertentu yang biasanya berfungsi sebagai penguat respon.

Motivasi ekstrinsik merupakan motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya rangsangan atau dorongan dari luar. Pemberian hadiah atau pemberian token ekonomi yang dapat berupa peringkat huruf atau angka, tanda-tanda bintang, tanda benar, centang, hadiah idaman, dan lain-lain yang diberikan oleh guru untuk siswa adalah salah satu bentuk motivasi ekstrinsik yang dapat menumbuhkan dan meningkatkan motivasi belajar siswa di sekolah, hal ini juga berfungsi untuk memperkuat pendapat atau keyakinan siswa atas prestasi yang telah dicapai.

Pemberian hadiah atau *reward* dengan metode token ekonomi juga merupakan suatu alternatif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa baik di sekolah maupun di rumah. Ketika siswa telah selesai melakukan kegiatan belajar dan mendapatkan hasil yang maksimal, kemudian usaha tersebut diberi penghargaan berupa pemberian suatu tanda yang menarik seperti bintang, prangko, replika *dollar*, stempel dan lain-lain yang tanda tersebut dapat ditukarkan dengan hadiah idaman atau yang diinginkan dapat menimbulkan perasaan senang serta adanya penghargaan dalam diri siswa, karena usaha yang sudah dijalankan mendapat respon yang baik dan sebagai *positive reinforcement* yang diberikan guru kepada siswa.

Pernyataan tersebut juga dijelaskan bahwa *reward* atau hadiah adalah akibat dari

tingkah laku dimana hadiah bisa menyebabkan tingkah laku yang diberi hadiah itu lebih sering terjadi (Alwisol, 2004). Dalam hal ini diperlukan peran guru untuk membangkitkan motivasi belajar bagi siswa sehingga hal itu dapat menumbuhkan kegairahan belajar sekaligus membuat mereka aktif dalam proses pembelajaran baik di kelas atau di rumah.

Token ekonomi adalah salah satu metode atau cara untuk meningkatkan perilaku belajar pada siswa. Token ekonomi adalah pemberian satu kepingan (atau suatu tanda, satu isyarat) sesegera mungkin setiap kali setiap perilaku sasaran muncul. Kepingan-kepingan ini nantinya dapat ditukar dengan benda atau aktivitas pengukuh yang diinginkan subjek.

Reward atau token ekonomi merupakan salah satu bentuk penguatan positif (*positive reinforcement*). Menurut Syah (1999), token ekonomi adalah suatu sistem dalam modifikasi perilaku melalui penguatan positif (*positive reinforcement*) yang berasal dari dasar *operant conditioning*. Respon dalam *operant conditioning*, terjadi tanpa didahului stimulus, melainkan oleh efek yang ditimbulkan oleh *reinforcer*. *Reinforcer* itu sendiri sesungguhnya adalah stimulus yang dapat meningkatkan kemungkinan timbulnya sejumlah respon tertentu (Anita ddk, 2003). Penguat dikatakan sebagai *reinforcement* yaitu konsekuensi yang meningkatkan

probabilitas bahwa suatu perilaku akan terjadi. yaitu frekuensi meningkat karena diikuti dengan stimulus yang mendukung (*rewarding*).

Menurut Martin & Pear, (2003), sebelum menerapkan token ekonomi, perlu dirancang atau disiapkan langkah-langkahnya yaitu;

- a. Menentukan perilaku target (*deciding on the target behavior*)

Perilaku target akan ditentukan dari banyaknya individu dengan siapa individu itu bekerja, dengan menghitung jarak pendek dan jarak panjang perilaku sasaran yang ingin dicapai dari masalah perilaku yang ditemukan.

- b. Pengambilan data dasar (*taking baselines*)

Pengambilan data dasar (*baselines*) dilakukan sebelum memulai prosedur berikutnya. Data perilaku subjek harus diperoleh sebelum memulai token ekonomi. Hal ini dilakukan karena memungkinkan subjek mendapatkan kepuasan yang diperoleh dari kebaikan dan kelebihan penerapan token ekonomi yaitu tidak memerlukan waktu, tenaga, dan biaya. Setelah program dijalankan, data yang diperoleh dibandingkan dengan data dasar (*baselines*) yang menentukan efektivitas program.

- c. Memilih pengukuh cadangan (*Selecting backup reinforcers*)

Memilih kembali metode yang pada dasarnya sama yaitu untuk memperkuat

perilaku. Tetap di dalam pikiran, bagaimana cara yang pernah dilakukan, bahwa sebuah sistem token ekonomi yang pada umumnya merupakan pengukuh yang praktis dan dapat digunakan, karena token ekonomi tidak menjadi batas bagi mereka. Dimana token tersebut diberikan setelah respon yang diinginkan muncul

- d. Memilih jenis token ekonomi yang digunakan (*Selecting the type of token economy to use*).

Tanda dapat diambil disalah satu bentuk yang telah diasumsikan. Poker chips yang sering digunakan, cek pribadi, tanda pada grafik di dinding, atau catatan dalam buku, bintang atau perangko yang ditempel dalam buku dan masih banyak lagi token ekonomi yang mungkin sesuai dengan kebutuhan subjek.

- e. Mengidentifikasi bantuan yang tersedia (*identifying available help*)

Bantuan dari orang lain mungkin tidak penting dalam token ekonomi yang kecil seperti kelas, tetapi pasti membutuhkan bantuan terutama pada tahap-tahap awal program. Dalam pemberian token ekonomi dengan skala yang besar, bantuan seperti fasilitas psikiatri sangat penting. Ada beberapa sumber yang dapat memberikan bantuan: (a) orang-orang yang sudah ditugaskan untuk bekerja dengan klien (guru pembantu, pembantu perawat, asisten pengajar); (b) relawan (anggota organisasi

sipil dan kelompok-kelompok aksi masyarakat); (c) perilaku individu dalam lembaga, dan (d) anggota atau peserta token ekonomi itu sendiri. Dalam beberapa kasus, klien telah mengajarkan untuk memberikan token ekonomi kepada diri mereka sendiri sesuai pada perilaku yang diharapkan.

f. Memilih lokasi atau tempat (*choosing the locations*)

Tidak ada lokasi khusus untuk token ekonomi, rancangan token ekonomi yang bagus dikarenakan memiliki sedikit atau tidak ada pilihan lokasi. Beberapa lokasi lebih baik dari pada yang lain, namun, tergantung pada pertimbangan jenis token ekonomi.

Menurut Soekadji (1983), agar efektif penerapan token ekonomi perlu memenuhi beberapa aturan dan pertimbangan yaitu:

a. Hindari penundaan

Pemberian pengukuhan dilakukan seketika setelah perilaku yang diharapkan muncul. Meskipun hadiah atau *reward* yang sebenarnya baru dapat diberikan kemudian, namun kepingan-kepingan ini dapat mewakili, menandai, syarat, ataupun simbol, bahwa sebagai hadiah idaman telah ada ditangan subjek.

b. Berikan kepingan secara konsisten

Pada program ini setiap kali perilaku yang telah dilaksanakan, diberi imbalan kepingan secara konsisiten agar dapat mempercepat peningkatan perilaku sasaran.

c. Memperhitungkan kuantitas

Perlu direncanakan agar banyaknya kepingan yang akan diterima cukup untuk ditukar dengan pengukuh idaman

d. Persyaratan hendaknya jelas

Aturan yag jelas mudah diikuti. subjek diajak diskusi mengenai aturan-aturan dan persyaratan untuk memperoleh kepingan

e. Pilih pengukuh yang macam dan kualitasnya memadai.

Mencocokkan macam dan kualitasnya dengan situasi dan kondisi subjek.

f. Pemasaran pengadaan pengukuh idaman

Pemasaran pengukuh idaman perlu memperhitungkan hukum penawaran dan permintaan. Makin banyak permintaan suatu aktivitas, makin dapat dipasang harga tinggi nilai tukarnya.

g. Kombinasikan pemberian kepingan dengan pengukuh sosial positif

Melatih mengelola subjek untuk memberi penghargaan pada diri subjek, agar subjek dapat berpindah dari pengukuh kepingan ke pengukuh sosial.

h. Perhitungkan efeknya kepada orang lain.

Teman sebaya, saudara kandung akan iri bila salah satu diantara mereka mendapat perlakuan istimewa, untuk itu diusahakan agar mereka ikut membantu subjek memperoleh kepingan.

i. Perlu persetujuan berbagai pihak

Perlu izin pelaksanaan dari orang tua, guru, dan orang-orang yang ditumpangi dalam mengelola program. Maksudnya sebelum menjalankan program adanya izin dari pihak terkait seperti kepala sekolah, guru, orang tua, manager, supervisor dan lain-lain agar dapat bekerjasama ketika menjalankan program.

j. Perlu kerjasama subjek

Pentingnya komunikasi dengan subjek tentang aturan main sehingga subjek setuju pada program yang akan dilaksanakan.

k. Perlu latihan bagi pelaksana

Perlu mendapatkan latihan-latihan dan pengetahuan yang diperlukan bila pelaksana program diserahkan kepada guru, orang tua, atau orang lain. Individu hendaknya memberikan penjelasan dengan baik proses menjalankan program metode token ekonomi kepada guru dan orang tua.

l. Perlu pencatatan

Pencatatan cermat mengenai frekuensi perilaku-sasaran dan perilaku lain perlu dilakukan. Maksudnya, diperlukan pencatatan secara cermat dan teliti terhadap banyaknya perilaku yang diharapkan.

m. Kombinasi dengan prosedur lain

Program token ekonomi dapat dikombinasikan dengan prosedur lain seperti denda dan penyisihan.

n. *Follow-up* : penunda pengukuhan

Bila program kepingan telah berhasil meningkatkan perilaku sedangkan pengukuh

sosial belum dapat menggantikan keseluruhan program keping, maka perlu diadakan latihan penyapihan dengan mengurangi nilai token.

Berdasarkan uraian di atas dapat dilihat bahwa penghargaan atau hadiah (*reward*) merupakan faktor-faktor yang diasumsikan berpengaruh terhadap terjadinya peningkatan motivasi belajar siswa akan tetapi dugaan tersebut masih bersifat teori dan memerlukan bukti secara nyata. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh pemberian token ekonomi terhadap motivasi belajar siswa sekolah dasar.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada peningkatan motivasi belajar siswa yang diberikan token ekonomi, dengan siswa yang tidak diberikan token ekonomi ketika proses belajar berlangsung. Siswa yang diberikan token ekonomi mempunyai motivasi belajar lebih tinggi dari pada siswa yang tidak diberikan token ekonomi.

Metode Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa sekolah dasar (SD) yang duduk dikelas IVA dan IVB SDN Jongkang semester satu tahun ajaran 2012/2013, kecamatan Ngaglik, Sleman, Yogyakarta.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi dengan metode *behavior checklist*. *Behavior checklist* adalah alat observasi yang berupa daftar yang berisi nomor subjek dan perilaku-perilaku yang

diharapkan muncul. *Checklist* dimaksudkan untuk mensistematisasi catatan observasi. *Behavior checklist* ini digunakan sebagai analisa untuk mengetahui berbagai perilaku yang muncul selama penelitian. Lembar ini terdiri dari beberapa kolom yang berisikan tanda *checklist* pada nomor kursi siswa dan indikator-indikator perilaku motivasi belajar yaitu, minat dalam belajar, konsentrasi terhadap pelajaran, ketekunan dalam belajar, dan perhatian terhadap pelajaran. *Behaviour checklist* digunakan sebagai alat untuk mengukur motivasi belajar siswa. Semua aktivitas siswa yang dilihat berkaitan dengan kegiatan siswa baik di dalam kelas maupun di rumah. Aturan pemberian skor adalah setiap perilaku yang muncul diberi skor satu, sedangkan setiap perilaku yang tidak muncul diberi skor nol.

Analisis data dalam penelitian ini adalah metode statistik parametrik. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji perbedaan (uji-t) yaitu *paired sample t-test* dan *independent sample t-test*. *Paired sample t-test* digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata (*mean*) antara hasil *pretest* dan *posttest* pada masing-masing kelompok (kelompok eksperimen dan kelompok kontrol). *Independent sample t-test* digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata (*mean*) skor hasil *posttest* dikurangkan dengan hasil *pretest* (*gainscore*) antara kelompok eksperimen

dengan kelompok kontrol. Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan bantuan program komputer SPSS 17.0 for Windows.

Hasil dan Pembahasan

Suatu penelitian *komparatif* (perbedaan) kuantitatif dengan analisis statistik parametrik sebelum diadakan uji hipotesis terlebih dahulu ada persyaratan yang harus dipenuhi yaitu distribusi sampel harus normal dan mempunyai variansi skor yang homogen (setara).

a. uji normalitas

uji normalitas menggunakan *One Sample Kolmogorov Smirnov Test*. Kaidah uji signifikan adalah $p > 0,05$, maka tidak ada perbedaan antara skor subjek sampel penelitian dan sebaran skor subjek pada populasi (sebaran dikatakan normal) dan sebaliknya apabila $p < 0,05$ maka sebaran dinyatakan tidak normal. Analisis data untuk kelompok eksperimen pada *pretest* menghasilkan *Kolmogorov-Smirnov Z* adalah 0,692 dengan $p = 0,724$ dan untuk kelompok eksperimen pada *posttest* menghasilkan *Kolmogorov-Smirnov Z* adalah 0,525 dengan $p = 0,946$. Sedangkan untuk kelompok kontrol pada *pretest* menghasilkan *Kolmogorov-Smirnov Z* adalah 0,708 dengan $p = 0,698$ dan untuk kelompok kontrol pada *posttest* menghasilkan *Kolmogorov-Smirnov Z* adalah

0,757 dengan $p = 0,615$. Berdasarkan hasil analisis ini, maka dapat dikatakan bahwa antara siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mempunyai skor yang berdistribusi normal.

b. Uji homogenitas

Uji homogenitas menggunakan *One Way Anova Test of Homogeneity of Variances* dengan kaidah jika $p > 0,05$ maka variansi pada tiap kelompok data adalah sama (homogen). Jika $p < 0,05$, maka variansi pada tiap kelompok data adalah tidak sama (tidak homogen). Pada penelitian ini hasil pengujian homogenitas pada data pretest, menunjukkan bahwa nilai *levene statistic* = 1,395 dan $p = 0,244$ ($p > 0,05$) artinya tidak signifikan, maka berdasarkan hasil analisis ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan variansi kelompok (homogen). Hasil komputerisasi dapat dilihat pada lampiran.

Pengujian hipotesis yang digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini adalah metode statistik parametrik. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji perbedaan (uji-t) yaitu *paired sample t-test* dan *independent sample t-test*. *Paired sample t-test* digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata (*mean*) antara hasil *pretest* dan *posttest* pada masing-masing kelompok (kelompok eksperimen dan kelompok kontrol). *Independent sample t-test* digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata (*mean*) skor hasil

posttest dikurangkan dengan hasil *pretest* (*gainscore*) antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol.

a. *Paired Sample t-test*

Paired sample t-test digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata (*mean*) antara hasil *pretest* dan *posttest* pada masing-masing kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Hasil analisis uji-t yaitu *paired sample t-test* pada kelompok eksperimen diperoleh nilai $t = -4,208$ dan $p = 0,001$ ($p < 0,05$) artinya sangat signifikan, sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh dengan nilai $t = -349$ dan $p = 0,731$ ($p > 0,05$), artinya tidak signifikan. Berdasarkan hasil kedua analisis tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis peneliti yang menyatakan metode token ekonomi berpengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa, dapat diterima.

b. *Independent Sample t-test*

Independent Sample t-test digunakan untuk menguji signifikansi beda rata-rata dua kelompok. *Independent Sample t-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menggunakan *gain score*. *Gain score* merupakan selisih nilai sebelum diberi perlakuan dan sesudah diberi perlakuan.

Berdasarkan hasil analisis uji-t diperoleh nilai $t = 3,073$ dengan skor Sig. (2-tailed) = 0,004, maka dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan motivasi belajar yang

sangat signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil nilai rata-rata (*mean*) motivasi belajar pada kelompok eksperimen menunjukkan nilai $M = 1,6824$ dan pada kelompok kontrol menunjukkan nilai $M = 0,1136$, artinya ada perbedaan yang terjadi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang menggunakan token ekonomi dengan yang tidak. Hal ini juga dapat dilihat dengan melihat rata-rata kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan sebesar 6,4206 dan sesudah diberikan perlakuan sebesar 8,1029. Nilai ini menunjukkan bahwa ada peningkatan motivasi belajar pada siswa pada kelompok eksperimen.

Dari hasil analisis data dengan menggunakan *paired sample t-test* yang diperoleh dengan nilai $-4,208$ dan $p = 0,001$ membuktikan bahwa motivasi belajar siswa pada kelompok eksperimen yang diberikan metode token ekonomi dalam proses belajar lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan metode token ekonomi, yaitu dengan nilai $-0,349$ dan $p = 0,731$. Artinya penggunaan metode token ekonomi efektif dalam proses belajar siswa baik di kelas maupun di rumah. Selain itu, nilai rata-rata (*mean*) kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) sebesar 6,4206 dan sesudah diberikan perlakuan (*posttest*) sebesar 8,1029, nilai ini menunjukkan bahwa ada peningkatan motivasi

belajar siswa kelas IVB pada kelompok eksperimen.

Token ekonomi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pemberian stempel sebagai tanda sementara, dimana tanda tersebut dikumpulkan dan dapat ditukarkan dengan hadiah atau pengukuh idaman. Token ekonomi sendiri pada dasarnya merupakan upaya untuk mendorong siswa melaksanakan perilaku belajar siswa di kelas. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Triplett (Budisetyani, 2005) yang mengatakan bahwa individu akan menunjukkan performa yang lebih baik dengan adanya penghargaan atau kehadiran orang lain. Selain itu Kazhim (2010) mengatakan bahwa hadiah adalah wujud penghargaan dan dukungan atas sebuah prestasi dan perilaku yang baik yang dimiliki seorang anak, hadiah juga merupakan sebuah simbol, dengan hadiah anak akan merasakan bahwa perilaku dan prestasi yang diraih adalah suatu yang harus dipertahankan.

Peneliti memberikan stempel bergambar animasi (*angy bird*) warna merah dimana stempel tersebut akan distempelkan pada poster lipat berwarna biru dan kuning apabila siswa melaksanakan perilaku belajar yang sudah tertulis dalam poster lipat dan untuk pemberian token sendiri menjadi dua tahap. Tahap pertama di minggu pertama jumlah stempel yang harus dikumpulkan siswa sebanyak 40 dan 80 buah stempel

dengan total keseluruhan 120 stempel dalam satu minggu. Pada tahap kedua di minggu kedua jumlah stempel yang harus dikumpulkan siswa tidak berbeda yakni sebanyak 40 dan 80 buah stempel dengan total keseluruhan 120 stempel, namun pemberian atau perolehan poin di minggu kedua tidak semudah seperti di minggu pertama, karena adanya pengurangan poin dalam setiap perilaku dengan perolehan total stempel yang harus di dapatkan sebanyak 120 stempel dan apabila subjek tidak melaksanakan perilaku belajar yang diinginkan akan dikenakan denda berupa pengurangan satu poin dari jumlah poin yang suda dikumpulkan.

Dari hasil observasi dan analisis yang dilakukan selama diberikannya perlakuan berupa token ekonom, siswa mengalami peningkatan perilaku dalam proses belajar di kelas maupun di rumah. Hal ini pun diperkuat dengan penelitian Indrizati (2002), yang menyatakan bahwa metode tabungan kepingan itu efektif pada seluruh tingkat usia. Pada situasi ketika kontrol yang sangat ketat dibutuhkan maka metode tabungan kepingan menjadi metode intervensi yang baik. Winto, probowati dan Atmadji (2005) juga mengatakan bahwa teknik terbaik bagi peningkatan dan pemeliharaan perilaku ialah penerapan prosedur pengukuh positif. Suatu proses pemberian stimulus (benda atau kejadian) sebagai konsekuensi suatu perilaku dan berhasil menyebabkan perilaku tersebut

meningkat, berulang atau terpelihara disebut pengukuhan positif (*positive reinforcement*).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat setelah melakukan analisis data dengan menggunakan uji-t yaitu *paired sample t-test* dan *independent sample t-test*, maka dapat diambil kesimpulan bahwa metode token ekonomi dapat meningkatkan atau berpengaruh positif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa dibandingkan yang tidak mengguakan metode token ekonomi, sehingga ada perbedaan motivasi belajar yang sangat signifikan atara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Penggunaan metode token ekonomi pada kelompok eksperimen sangat signifikan dalam meningkatkan motivasi belajar siswa.

Saran

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada tenaga pendidik, dan orang tua bahwa metode pemberian token ekonomi dapat meningkatkan motivasi belajar anak baik di sekolah maupun di rumah.

Untuk peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti penggunaan metode token ekonomi khususnya di dunia pendidikan hendaknya lebih dapat mempersiapkan prosedur atau cara yang akan dijalankan agar lebih matang dan lancar, seperti mempersiapkan alat, bahan, dan waktu yang

tepat. Peneliti juga harus mengkoordinasikan dalam penggunaan token ekonomi dengan guru yang bersangkutan, agar penelitian dapat berjalan dengan lancar. Serta disarankan untuk penelitian selanjutnya hendaknya menggunakan cara atau metode lain untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, P.R. Widiani, S.H. 2009. Motivasi Belajar Dalam Mempelajari Agama Islam Ditinjau Dari Metode Pembelajaran. *Jurnal Psikologi* Vol.II No.2. 151-165
- Ahmadi, A & Supriono, W. 1991. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Alwilsol. 2004. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Diyamti & Mujiono. 2002. *Belajar dan pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Hamalik, O. 2002. *Psikologi Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo Offset.
- Mahendra, A. & Ma'mun, A. 1998. *Teori Belajar dan Pembelajaran Motorik*. Bandung: CV Andira.
- Makmun, A. S. 2003. *Psikologi Kependidikan Peringkat Sistem Pengajaran Modul*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Martin, G. & Pear, J. 2003. *Behavior Modification: What It Is and How To Do It*. United States of America: Pearson Prentice Hall.
- Miltenberger, Raymon G. 2004. *Behavior Modification: Principle and Procedures Third Edition*. United States of America: Wadsworth.
- Mujiman, H. 2006. *Manajemen Pelatihan Berbasis Belajar Mandiri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mustaqim. 2004. *Psikologi Pendidikan*. Semarang: Pustaka Pelajar.
- Sardiman, A. M. 2011. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Grafindo Persaja.
- Slameto. 1991. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syah, M. M.ed. 1999. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT Logos Wacana Ilmu.
- Soekadji, Soetarlinah. 1983. *Modifikasi Perilaku: Penerapan Sehari-hari dan Penerapan Profesional*. Yogyakarta: Liberty.
- Wahyuni, E. N. 2009. *Motivasi Dalam Pembelajaran*. Malang: UIN Malang Press.